



अहिंसक-नैतिक चेतना का अग्रदूत पाक्षिक

# अणुव्रत

वर्ष : 55 ■ अंक : 18 ■ 16-31 जुलाई, 2010

संपादक : डॉ. महेन्द्र कर्णावट  
सहयोगी संपादक : निर्मल एम. रांका

अणुव्रत में प्रकाशित रचनाकारों द्वारा व्यक्त विचारों से संपादक/प्रकाशक की सहमति आवश्यक नहीं है।

## □ सदस्यता शुल्क :

- ◆ एक प्रति : बारह रु.
- ◆ वार्षिक : 300 रु.
- ◆ त्रैवार्षिक : 700 रु.
- ◆ दस वर्षीय : 2000 रु.

## □ विज्ञापन सहयोग :

- ◆ द्वितीय मुख पृष्ठ 'रंगीन' : 10,000 रु.
- ◆ तृतीय मुख पृष्ठ 'रंगीन' : 10,000 रु.
- ◆ चतुर्थ मुख पृष्ठ 'रंगीन' : 10,000 रु.
- ◆ साधारण पृष्ठ 'पूरा' : 3,000 रु.
- ◆ साधारण पृष्ठ 'आधा' : 2,000 रु.

## □ सम्पर्क सूत्र :

अणुव्रत महासमिति  
210, दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,  
नई दिल्ली--110002

दूरभाष : (011) 23233345

फैक्स : (011) 23239963

E-mail : anuvrat\_mahasamiti@yahoo.com

Website : anuvratinfo.org



- ◆ मानवीय एकता का ध्येय
- ◆ जीने का उद्देश्य
- ◆ चले जाना एक महामानव का
- ◆ प्रज्ञा के प्रोन्नत शिखर : आचार्य महाप्रज्ञ
- ◆ महामानव का महाप्रस्थान
- ◆ शत्-शत् नमन
- ◆ भौतिकता की चकाचौंध
- ◆ पानी रे पानी
- ◆ बढ़ते अपराध - कारण और निवारण
- ◆ खिंची खाल और खून से शोभित पाँव
- ◆ दार्जिलिंग-सिलीगुड़ी यात्रा
- ◆ श्वास रोग और प्रेक्षा चिकित्सा : 1:
- ◆ आदर्श परिवार की परिकल्पना
- ◆ प्रसन्नता एक दिव्य रसायन
- ◆ विकास-महंगाई-गरीबी
- ◆ क्यों होते हैं बच्चे फेल!
- ◆ संघर्षमय वातावरण

## ■ स्तंभ

- ◆ संपादकीय 2
- ◆ राष्ट्र चिंतन 19
- ◆ झाँकी है हिन्दुस्तान की 25
- ◆ कविता 29
- ◆ अणुव्रत आंदोलन 33-39
- ◆ कृति 40

आचार्य महाप्रज्ञ	3
आचार्य महाश्रमण	6
डॉ. नरेन्द्र शर्मा 'कुसुम'	8
डॉ. बच्छराज दूगड़	9
डॉ. सुधा अरोड़ा	12
लक्ष्मी रानी लाल	13
डॉ. विजयप्रकाश त्रिपाठी	14
प्रो. योगेश चन्द्र शर्मा	16
शिवचरण मंत्री	17
स्वामी वाहिद काज़मी	18
डॉ. महेन्द्र कर्णावट	20
मुनि किशनलाल	22
कुसुम जैन	24
मुनि राकेशकुमार	26
सत्यनारायण सिंह	28
रूपनारायण काबरा	30
अरुण कुमार पांडेय	31

## शताब्दी वर्ष के मायने

अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी जन्म-शताब्दी की आहट दरवाजे पर दस्तक दे चुकी है। जन्म-शताब्दी के मायने क्या हैं? प्रश्न जितना आसान है, उत्तर उतना ही गहरा है। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाप्रज्ञ ने इस गहराई में उतरते हुए कहा “**हम उस महापुरुष की जन्म-शताब्दी की चर्चा कर रहे हैं, जिसने नया दर्शन और चिन्तन दिया। हम नया मोड़ और नैतिकता की ऐसी पृष्ठभूमि तैयार करें कि जन्म-शताब्दी स्वयं बोलने लग जाए।**” (आदर्श साहित्य संघ विज्ञप्ति : 9-15 अगस्त 2009, पृ. 11)

आचार्य तुलसी उन धर्माचार्यों में से थे जिन्होंने व्यक्ति, समाज और धर्म को नई पहचान दी। वे केवल धर्माचार्य ही नहीं, समाज सुधारक भी थे। व्यक्ति को आधार मानते हुए आचार्य तुलसी ने उसके मानवीय स्वरूप को प्रतिष्ठित करना चाहा तभी तो उन्होंने कहा “सुधरे व्यक्ति, समाज व्यक्ति से, राष्ट्र स्वयं सुधरेगा, ‘तुलसी’ अणुव्रत सिंहनाद सारे जग में प्रसरेगा।” व्यक्ति बदले बाहर से भी, अंदर से भी, तभी नये मनुष्य और नये समाज का जन्म होगा। अणुव्रत आंदोलन की पृष्ठभूमि में नैतिकता है। नैतिक मूल्यों के विकास के लिए हर महापुरुष ने अथक प्रयास किये, यह जानते हुए भी कि मनुष्य का बदलना आसान नहीं है। आचार्य तुलसी ने अणुव्रत के माध्यम से व्यक्ति को बदलने के भगीरथ प्रयास किये, परिणामस्वरूप एक हलचल हुई, वातावरण बना और हजारों-हजारों व्यक्तियों ने नैतिक मूल्यों से आबद्ध हो जीवन जीने का संकल्प लिया।

व्यक्ति को पुनः जगाने की आवश्यकता है। धीरे-धीरे व्यक्ति पुनः स्वच्छंद भोग की तरफ प्रवृत्त हो रहा है। स्वच्छंद भोग का ही यह परिणाम है कि पृथ्वी का अस्तित्व और मानवीय गुणों का विकास संकट में है। भौतिक विकास की तरफ न सिर्फ हमारा समग्र ध्यान है वरन् विकास का आधार भी भौतिक संसाधन ही हो चले हैं। हमारा पूरा ध्यान अत्याधुनिक भवन बनाने, सुविधाएं जुटाने, मनोरंजन के नये-नये तरीके ढूँढने एवं आमोद-प्रमोद में है जिसके लिए अर्थ का उपार्जन एवं संकलन करना मुख्य है। अर्थ ही वह धुरी है जहां आकर जीवन टिकता है। अत्यधिक अर्थ उपार्जन की भावना हमें मानवीय नैतिक मूल्यों से दूर ले जाती है और संयमित अर्थ उपार्जन की भावना नैतिक मूल्यों की तरफ प्रवृत्त करती है।

अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी ने अणुव्रत के माध्यम से यही उद्घोष किया कि “**व्यक्ति का जीवन संयमित हो, आवश्यकताएं सीमित हो, अर्थ उपार्जन के साधन शुद्ध हो और अर्थ का समान वितरण हो।**” उनका मानना था कि ऐसा होते ही व्यक्ति में आंतरिक रूपांतरण होगा और वह नैतिक-मानवीय मूल्यों से आबद्ध हो जायेगा। वर्तमान में इस सूत्र को भुला दिया गया है। व्यक्ति की इच्छाओं और आकांक्षाओं के पंख लग गये हैं। भौतिक सुख-सुविधाओं का दास हो चला है व्यक्ति। छोटे मार्ग से अथाह अर्थ उपार्जन की हमारी उद्दाम लालसा ने नैतिक-सामाजिक मूल्यों को बिसरा दिया है, जिसके कारण आज चरित्रनिष्ठ व्यक्ति हाशिए पर धकेला जा रहा है और अर्थ सम्पन्न व्यक्ति प्रतिष्ठित हो रहा है।

आचार्य तुलसी जन्म-शताब्दी वर्ष के मायने यही है कि चारित्रिक पुनर्प्रतिष्ठापना का अभियान मुखर हो और नए व्यक्ति का निर्माण हो। अतः इस ऐतिहासिक अवसर पर आयोजनात्मक क्रिया-कलापों के साथ व्यक्ति निर्माण का क्रम पुनः तीव्र गति से नई दिशा ले। ऐसा कर हम मानवीय-नैतिक मूल्यों की सूखती जा रही गंगोत्री को पुनः प्रवाहित कर सकेंगे। इसके लिए आवश्यक है कि सादा जीवन उच्च विचार को जीवन में चरितार्थ करने वाले चरित्रनिष्ठ व्यक्तियों को समाज, धर्म, एवं राजनीति के मंच पर आगे लायें और उन्हें हमारा आदर्श बनायें ताकि बाल-युवा पीढ़ी उनसे प्रेरित हो सके।

आचार्य तुलसी जन्म-शताब्दी के मायने क्या? इस चर्चा को हम जारी रखेंगे। अणुव्रत के पाठक भी इससे जुड़ेंगे तो एक व्यावहारिक योजना बनाने का मार्ग प्रशस्त होगा।

● डॉ. महेन्द्र कर्णावट

# मानवीय एकता का ध्येय

आचार्य महाप्रज्ञ

पुराने ज़माने की बात है। एक जमींदार किसी महात्मा के पास गया। उसने महात्मा की भक्ति कर उनसे आशीर्वाद माँगा-महात्मन्! आप मुझे आशीर्वाद दें, जिससे मेरा बड़प्पन जैसा है, वैसा-का-वैसा बना रहे।

महात्मा ने प्रसन्न होकर कहा तथास्तु।

एक गुलाम सामने खड़ा था। वह बहुत समय से महात्मा की उपासना कर रहा था। उसने भी आशीर्वाद माँगा। वह बोला महात्मन्! आप मुझे आशीर्वाद दें कि आदमी-आदमी का गुलाम न रहे।

महात्मा ने मुक्त हास्य के साथ कहा तथास्तु।

जमींदार स्तब्ध-सा रह गया। वह बोला महात्मन्! गुलामों के बिना ऐश्वर्य और बड़प्पन का अर्थ ही क्या होगा?

मैं अपनी बात इसी कहानी से शुरू करना चाहता हूँ कि मनुष्य की सम्पदा का मूल्य मनुष्य की गुलामी पर टिका हुआ है। यह बहुत बड़ा अधर्म और बहुत बड़ी अनैतिकता है। इसी संदर्भ में मैं एक प्रश्न पूछना चाहता हूँ आपसे, आपके मित्रों से, आपके समाज से और आपके राष्ट्र से। क्या आपको नैतिकता पसन्द है? आप उत्तर दें, उससे पहले मैं दो प्रश्न और पूछ लूँ। यदि वह आपको पसन्द है तो क्यों, और यदि पसन्द नहीं है तो क्यों? नैतिकता पसन्द नहीं है, यह स्वर किसी भी दिशा से नहीं आ रहा है। हर दिशा से यही स्वर मुखर हो रहा है कि हमें नैतिकता पसन्द है।

## बैसाखी सत्य की

घी की दुकान पर एक पट्ट टंगा है। उसमें लिखा हुआ है यहाँ शुद्ध देशी घी मिलता है। हलवाई की दुकान के

पट्ट को देखिए। उस पर लिखा हुआ है यहाँ शुद्ध देशी घी से बनी मिठाइयाँ मिलती हैं। किराने के दुकानदार ने अपने पट्ट पर लिख रखा है मिलावट करना घोर पाप है।

असत्य अपने पैरों से नहीं चल सकता। वह सत्य की बैसाखी के सहारे

**जो लोग दूसरों के साथ अनैतिक व्यवहार करते हैं, उन्हें भी अनैतिकता पसंद नहीं है। प्रश्न होता है, फिर ये दूसरों को क्यों ठगते हैं? उन्हें क्यों धोखा देते हैं? उस समय वे अनैतिकता को क्यों पसंद कर लेते हैं? मैं आपसे सच कहता हूँ कि धोखा देने के क्षणों में भी धोखा देने वाले को अनैतिकता पसंद नहीं है। उसमें व्यक्तिगत स्वार्थ, हित और सुख-सुविधा का संस्कार जमा हुआ है। उस संस्कार की मादकता से उन्मत्त होकर वह अनैतिक आचरण कर लेता है, जो उसे पसंद नहीं है।**

चलता है। सफेद झूठ बोलने वाला आपको कभी धोखा नहीं दे सकता। आपको धोखा वह देता है, जो सत्य की ओट में झूठ बोलता है। खुली अनैतिकता को आप सहन नहीं कर सकते। नैतिकता के आवरण के पीछे छिपी अनैतिकता को आप सह लेते हैं।

यहाँ मिलावटी घी मिलता है, चर्बी से बनी मिठाइयाँ मिलती हैं, नकली

मसाले मिलते हैं और मिलती है नकली औषधियाँ। पट्ट की इस भाषा को पढ़कर उस दुकान की सीढ़ियों पर कोई भला आदमी पैर रखना चाहेगा?

अनुभव बताता है कि जो लोग दूसरों के साथ अनैतिक व्यवहार करते हैं, उन्हें भी अनैतिकता पसंद नहीं है। प्रश्न होता है, फिर ये दूसरों को क्यों ठगते हैं? उन्हें क्यों धोखा देते हैं? उस समय वे अनैतिकता को क्यों पसंद कर लेते हैं? मैं आपसे सच कहता हूँ कि धोखा देने के क्षणों में भी धोखा देने वाले को अनैतिकता पसंद नहीं है। उसमें व्यक्तिगत स्वार्थ, हित और सुख-सुविधा का संस्कार जमा हुआ है। उस संस्कार की मादकता से उन्मत्त होकर वह अनैतिक आचरण कर लेता है, जो उसे पसंद नहीं है। इस मानवीय दुर्बलता को ध्यान में रखकर ही महर्षि व्यास ने लिखा है

*जानामि धर्म न च मे प्रवृत्तिः  
जानाम्यधर्म न च मे निवृत्तिः।*

मैं धर्म को जानता हूँ, फिर भी उसमें प्रवृत्ति नहीं कर पा रहा हूँ। मैं अधर्म को जानता हूँ, फिर भी उससे निवृत्त नहीं हो पा रहा हूँ। यह क्यों? ऐसा क्यों होता है? इसका उत्तर मैं दर्शन की गहराइयों में गए बिना देना चाहता हूँ। आपने अपनत्व की रेखाएं बहुत छोटी खींच रखी हैं। उन रेखाओं के भीतर जो है, उसके प्रति आपका ममत्व है और उनसे बाहर जो है, उनके प्रति आपका ममत्व नहीं है। जहाँ आपका ममत्व है, वहाँ आप नैतिकता को पसंद भी करते हैं और उसका व्यवहार भी करते हैं। ममत्व की परिधि से परे आप नैतिकता को पसंद करते

## दिशा-दर्शन

हुए भी अनैतिक व्यवहार कर लेते हैं। मैंने नहीं सुना कि हज़ारों ग्राहकों को मिलावटी आटा बेचने वाला दुकानदार अपने परिवार को भी मिलावटी आटा खिलाता है। मैंने नहीं सुना कि हज़ारों की रिश्वत लेने वाला राज्य कर्मचारी अपने लड़के से रिश्वत लेता है। अपने परिवार को मिलावटी आटा खिलाने से व्यापारी को कौन रोक रहा है? अपने लड़के से रिश्वत लेने से राज्य कर्मचारी को कौन रोक रहा है? यह ममत्व की रेखा व्यापक हो जाए तो ग्राहकों को मिलावटी आटा बेचने से रोक देगी व्यवसायी को और रिश्वत लेने से रोक देगी राज्य कर्मचारी को।

### ममत्व का विसर्जन

अनैतिकता की समस्या को सुलझाने के दो विकल्प हैं ममत्व का विसर्जन या ममत्व का विस्तार। आदमी उन भावनाओं और व्यक्तियों के लिए अनैतिक व्यवहार करता है, जिन्हें अपना मान रखा है। उन पर से ममत्व हटा लेने का अर्थ होता है, अनैतिकता के जाल से स्वयं को मुक्त कर लेना। हिन्दुस्तान में व्रत की दीक्षा इसी ममत्व-विसर्जन की प्रक्रिया के संदर्भ में प्रचलित हुई थी। साम्यवादी देशों ने कानूनन ममत्व विसर्जन कराकर आर्थिक क्षेत्र की अनैतिकता के उन्मूलन का प्रयत्न किया है। लोकतंत्री समाजवाद भी उसी क्षितिज की ओर आगे बढ़ रहा है।

ममत्व विस्तार का मंत्र हमारे धर्मशास्त्रों ने दिया था। सब जीवों का अस्तित्व वैसा ही है जैसा कि मेरा है। समूचा संसार ही मेरा परिवार है। ये उसके निष्ठा सूत्र हैं। यहाँ ममत्व की रेखाएं बहुत व्यापक हो जाती हैं। फिर उनसे बाहर कोई नहीं रहता। फलस्वरूप अनैतिक व्यवहार के लिए कोई अवकाश ही नहीं रहता।

### समस्या का मूल

कुछ लोग कहते हैं अनैतिकता का

मूल गरीबी है। कुछ लोगों का मत है उसका मूल अशिक्षा है। कुछ लोगों की धारणा में उसका मूल है व्यक्तिवादी दृष्टिकोण और कुछ लोगों की धारणा में उसका मूल है भौतिकवादी दृष्टिकोण। मैं इन तथ्यों को अस्वीकार नहीं करता। फिर भी यह स्वीकार करने में असमर्थ हूँ कि ये अनैतिकता के मूल कारण हैं। एक गरीब आदमी को हमने ईमानदार देखा है और यह भी देखा है कि जो बहुत संपन्न है वह बहुत बेईमान है। क्या यह सच नहीं है कि गरीब आदमी बहुत बड़ी बेईमानी कर ही नहीं सकता। बहुत बड़ी बेईमानी वही कर सकता है जिसके पास बहुत बड़े साधन होते हैं।

न ही समाजवादी या धार्मिक दृष्टि वाला होता है। अनैतिक वह होता है, जिसमें निष्ठा का अभाव है। निष्ठाशून्य व्यक्तिवादी या भौतिकवादी दृष्टिवाला भी अनैतिक होता है और निष्ठाशून्य समाजवादी या धार्मिक दृष्टिवाला भी अनैतिक होता है।

जिस आदमी में निष्ठा का बीज अंकुरित हो जाता है, वह गरीब हो या संपन्न, अशिक्षित हो या शिक्षित, व्यक्तिवादी हो या समाजवादी, भौतिकवादी हो या धार्मिक, नैतिक होता है।

### निष्ठा : स्वरूप और आधार

प्रश्न है निष्ठा क्या है? निष्ठा का अर्थ है चित्त की स्थिरता। अनैतिकता का मूल बीज ही है चित्त की चंचलता,

आप जितने क्षणों तक एकाग्र रहें, उसे अंकित करते चले जाइए। साप्ताहिक प्रगति का लेखा-जोखा करते रहिये। अभ्यास करते-करते आप दस-पंद्रह मिनट तक एकाग्रता की स्थिति में रहिये। आगे का मार्ग स्वयं साफ हो जाएगा। इस एकाग्रता का प्रभाव आपके व्यक्तिगत जीवन पर ही नहीं, जीवन के हर पहलू पर होगा। मानवीय एकता का ध्येय और मन की एकाग्रता का अभ्यास-यह 'मणिकांचन' योग है। इस पर निर्भर है समूची मानव जाति की समृद्धि और उसके सह-अस्तित्व का भविष्य।

मैं निष्कर्ष की भाषा में यह कहना चाहता हूँ कि अनैतिक न गरीब होता है और न संपन्न होता है। अनैतिक वह होता है, जिसमें निष्ठा का अभाव हो। निष्ठाशून्य विपन्न आदमी भी अनैतिक होता है और निष्ठा शून्य सम्पन्न आदमी भी अनैतिक होता है।

अनैतिक न अशिक्षित होता है और न शिक्षित होता है। अनैतिक वह होता है, जिसमें निष्ठा का अभाव है। निष्ठाशून्य अशिक्षित आदमी भी अनैतिक होता है और निष्ठाशून्य शिक्षित आदमी भी अनैतिक होता है।

अनैतिक व्यक्ति न ही व्यक्तिवादी/भौतिकवादी दृष्टि वाला होता है और

चित्त का उद्वेग। जिन मनुष्यों का मन कहीं भी टिका हुआ नहीं है, वे समाज में अव्यवस्था फैलाते हैं, तोड़-फोड़ करते हैं और भ्रष्टाचार करते हैं। स्थिर चित्त वाले आदमी ऐसा आचरण नहीं करते। आप यह भी जानना चाहेंगे कि निष्ठा किसके प्रति होनी चाहिए? मेरा संक्षिप्त उत्तर होगा कि वह जीवन-मूल्यों के प्रति होना चाहिए। जीवन के मूल्य मुख्यतः चार वर्गों में विभक्त हैं 1. वैयक्तिक मूल्य 2. सामाजिक मूल्य 3. राष्ट्रीय मूल्य 4. धार्मिक मूल्य।

शान्ति और स्वतंत्रता-ये जीवन के वैयक्तिक मूल्य हैं। श्रम और संतुलित व्यवस्था-ये जीवन के सामाजिक मूल्य

हैं। एकता और बलिदान-ये जीवन के राष्ट्रीय मूल्य हैं। मैत्री और सत्य-ये जीवन के धार्मिक मूल्य हैं।

### निष्ठा की कमी: संदर्शन और निदर्शन

बहुत लोग पूछते हैं नैतिक आदमी दुःख का जीवन जीता है और अनैतिक आदमी सुख का जीवन जीता है। फिर नैतिक किसलिए होना चाहिए? इस प्रश्न में मुझे निष्ठा के अभाव का संदर्शन हो रहा है। अनैतिक आदमी हजारों मनुष्यों के सुख को लूटकर अकेला सुख भोगता है और नैतिक आदमी हजारों दुखियों के दुःख का समभागी होकर दुःख भोगता है तो इसे मैं नैतिकता की विजय मानता हूँ। जो लोग अनैतिक आचरण से प्राप्त सुविधाओं के संदर्भ में नैतिकता का मूल्यांकन करते हैं, वे इस तथ्य को भुला देते हैं कि वेश्या, चोर और डाकू की सम्पन्नता को सामाजिक मूल्य नहीं दिया जा सकता। अनैतिक तरीकों से धन का अर्जन करने वाला भी इन्हीं की कोटि में आता है, अतः उसकी सम्पन्नता को भी सामाजिक मूल्य नहीं दिया जाना चाहिए। सामाजिक मूल्य उसी सम्पदा को दिया जा सकता है, जो अपने श्रम से प्राप्त होती है, जिसमें दूसरे के श्रम का शोषण नहीं किया जाता और उनके अज्ञान का अनुचित लाभ नहीं उठाया जाता। मुफ्तखोरी अंत तक कभी भी वरदान नहीं होती। इस प्रसंग में मैं एक कहानी कहना चाहता हूँ, जो बहुत छोटी होने पर भी मूल्य की दृष्टि से बहुत बड़ी है।

एक मेंढा और गाय पास-पास बँधे हुए थे। गाय के साथ एक बछड़ा था। बछड़े ने देखा-गृहस्वामी उसे सूखी घास खिलाता है और मेंढे को ओदन खिलाता है। यह क्रम कई दिनों तक चलता है। एक दिन बछड़े ने कहा 'माँ, तुम दूध देती हो, फिर भी अपने को सूखी घास मिलती है और यह मेंढा कुछ भी नहीं

देता, फिर भी इसे बढ़िया माल मिलता है। यह पक्षपात क्यों माँ?'

माँ ने कहा 'बेटा! भलाई इसी में है कि थोड़ा लिया जाए और अधिक दिया जाए।'

माँ की बात बछड़े के गले नहीं उतर रही थी।

गृहस्वामी आज हाथ में छुरी लिए आ रहा है 'यह कहते-कहते बछड़ा काँप उठा।' गाय ने कहा 'वत्स! डर मत। छुरी उसी के लिए है, जिसने मुफ्त में माल खाया है।' इधर मेंढे के गले पर छुरी चल रही थी और उधर माँ की बात बछड़े के गले उतर रही थी।

आरामतलबी का जीवन जीने की भावना क्यों पनपती है? इसलिए कि बचपन से ही विद्यार्थी में सामाजिक मूल्यों के प्रति निष्ठा उत्पन्न नहीं की जाती। अधिक संग्रह की भावना भी इसी निष्ठा के अभाव में पनपती है। व्यक्ति में अहं की मनोवृत्ति सहज होती है। उसे निष्ठा के द्वारा परिष्कृत किए बिना वह श्रम और संतुलित व्यवस्था का समर्थन नहीं कर पाती।

### गतिशीलता की अपेक्षा

अधिकांश लोग प्राचीनता के पक्षधर होते हैं। आधुनिकता का स्वर बहुत थोड़े लोगों में होता है। इस परिस्थिति में पुरानी और नई पीढ़ी का संघर्ष चलता है। उसमें निष्ठा को पनपने का अवसर नहीं मिलता। मैं कलाकृत प्राचीनता के विपक्ष में नहीं हूँ। रोटी खाते हजारों वर्ष बीत गए। आज भी रोटी खाना उतना ही जरूरी है, जितना हजारों वर्ष पहले था। इसे प्राचीन कहकर हम ठुकरा नहीं सकते।

मैं उस प्राचीनता की ओर आपका ध्यान आकृष्ट करना चाहता हूँ, जिसकी आज उपयोगिता समाप्त हो चुकी है। बदली हुई परिस्थितियों में क्या दहेज का कोई मूल्य है? समानता की दहलीज पर पैर रखती हुई समाज-व्यवस्था के

परिपार्श्व में क्या बड़प्पन के प्रदर्शन का कोई मूल्य है?

जिनका मूल्य समाप्त हो चुका, उनमें प्राण फूँकने का प्रयत्न रूढ़िवाद है। वह व्यक्ति की निष्ठा को तोड़ता है। सामाजिक और आर्थिक व्यवस्था को नया मोड़ देकर ही मूल्यों की निष्ठा को विकसित किया जा सकता है।

### एकाग्रता का अभ्यास

निष्ठा की समस्या का समाधान है मन को केन्द्रित करने का अभ्यास। यह शिक्षा का अनिवार्य अंग होना चाहिए। पुराने ज़माने में माना जाता था कि ध्यान करना, मन को एकाग्र करने का अभ्यास करना योगियों का काम है। आज इस विचार में परिवर्तन हो चुका है। अब इस विचार की प्रस्थापना हो चुकी है कि योग हर सामाजिक व्यक्ति के लिए आवश्यक है और इसलिए आवश्यक है कि उसकी साधना से व्यक्ति सफल जीवन जी सकता है। प्रस्तुत संदर्भ में मन को केन्द्रित करने की प्रक्रिया पर संकेत मात्र करना चाहता हूँ। दिशा-बोध होने पर चलना सहज हो जाता है। हम इस बात को न भूलें कि चलना स्वयं को ही होता है।

आप घड़ी के सामने बैठ जाइए। मन को किसी एक शब्द, विचार या वस्तु पर टिका दीजिए। आप जितने क्षणों तक एकाग्र रहें, उसे अंकित करते चले जाइए। साप्ताहिक प्रगति का लेखा-जोखा करते रहिये। अभ्यास करते-करते आप दस-पंद्रह मिनट तक एकाग्रता की स्थिति में रहिये, आगे का मार्ग स्वयं साफ हो जाएगा।

इस एकाग्रता का प्रभाव आपके व्यक्तिगत जीवन पर ही नहीं, जीवन के हर पहलू पर होगा। मानवीय एकता का ध्येय और मन की एकाग्रता का अभ्यास-यह 'मणिकांचन' योग है। इस पर निर्भर है समूची मानवजाति की समृद्धि और उसके सह-अस्तित्व का भविष्य। ■



# जीने का उद्देश्य

आचार्य महाश्रमण

जीवन एक सच्चाई है। संसार का प्रत्येक प्राणी जीवन जीता है मगर जीने-जीने में बहुत अन्तर होता है। महत्वपूर्ण बात यह नहीं होती कि कौन व्यक्ति कितना जीवन जीता है? महत्वपूर्ण बात यह होती है कि कौन व्यक्ति कैसा जीवन जीता है? जीने का भी एक उद्देश्य होता है। चिंतनशील व्यक्ति को अपने जीवन का लक्ष्य-निर्धारण अवश्य करना चाहिए। स्वामी विवेकानंद ने कहा 'लक्ष्य को ही अपना जीवन-कार्य समझो। हर समय उसी का चिंतन करो, उसी का स्वप्न देखो और उसी के सहारे जीवित रहो।' जो व्यक्ति लक्ष्यपूर्वक जीवन जीता है वह अधिक सफल होता है। सबके जीवन का लक्ष्य समान हो, यह आवश्यक नहीं। भिन्न-भिन्न क्षेत्रों में और भिन्न-भिन्न परिस्थितियों में जीने वाले व्यक्तियों के लक्ष्य भी भिन्न-भिन्न हो सकते हैं। एक व्यक्ति के सम्पूर्ण जीवन का एक लक्ष्य हो, यह भी जरूरी नहीं। अनेक व्यक्तियों का एक लक्ष्य भी हो सकता है और एक व्यक्ति के अनेक लक्ष्य भी हो सकते हैं।

अध्यात्म के आचार्यों ने जीवन का एक लक्ष्य निर्दिष्ट किया आत्मशोधन। आत्मा की शुद्धि के लिए अध्यात्म/धर्म की आराधना की जाती है। धर्म की साधना करने के लिए महत्वपूर्ण साधन बनता है शरीर। जब तक शरीर स्वस्थ

है यानी जब तक बुढ़ापा नहीं आता, व्याधियां नहीं बढ़तीं और इन्द्रियों की शक्ति क्षीण नहीं होती, तब तक धर्म का आचरण किया जा सकता है। प्रश्न उपस्थित हुआ, व्यक्ति शरीर को धारण क्यों करे? उत्तराध्ययन सूत्र में समाधान दिया गया पूर्व कर्मों के क्षय के लिए ही इस शरीर को धारण करे। शरीर को धारण करने का और उसको उचित आहार से पुष्ट रखने का एकमात्र उद्देश्य है कि पूर्व-संचित कर्मों का क्षय किया जा सके और संयम की साधना



से नए कर्मों को रोका जा सके। शरीर-धारण का यह एक आध्यात्मिक लक्ष्य है। शरीर को बनाए रखने के लिए अनेक पदार्थों की आवश्यकता होती है। उनमें एक है भोजन। भोजन शरीर को पुष्ट रखने और टिकाने के

पवित्र भावना के साथ जागरूकतापूर्वक भोजन किया जाए तो स्वास्थ्य का लाभ होता है और साधना पुष्ट बनती है। स्वाद के लिए खाना अज्ञान, जीने के लिए खाना आवश्यकता और संयम की रक्षा के लिए खाना साधना है। साधक अपनी कर्म-निर्जरा और आत्मशुद्धि के लिए जीवन जीता है और जीवन रूपी गाड़ी को चलाने के लिए भोजन करता है। स्पष्ट लक्ष्य के साथ जीने वाला व्यक्ति अपने जीवन को सार्थक और सुफल बना सकता है।

लिए अतिआवश्यक है। भोजन के बिना कुछ समय तो जीवन जीया जा सकता है, पर लम्बे समय तक नहीं जीया जा सकता। जीवन चलाने के लिए भोजन करना आवश्यक है, किन्तु भोजन के साथ विवेक भी आवश्यक होता है। कब, किस समय, क्या, कितना और कौनसा भोजन करना चाहिए, यह व्यक्ति के विवेक पर निर्भर करता है।

उपवास यदि निर्जरा का समाधान बनता है तो भोजन भी निर्जरा का साधन बन सकता है। बशर्ते भोजन का उद्देश्य स्पष्ट हो। जीने के लिए भोजन किया जाए। भोजन के लिए न जीया जाए। निर्जरा के बारह प्रकार बताए गए हैं। उनमें पहला भेद है अनशन। अनशन के दो प्रकार प्रज्ञप्त हैं इत्वरिक और यावत्कथिक। वर्तमान काल के परिप्रेक्ष्य में उपवास से लेकर छह महीनों तक की जो तपस्या की जा सकती है, वह इत्वरिक अनशन कहलाता है। जीवनपर्यन्त के लिए जो अनाहार की साधना स्वीकार की जाती है, वह

यावत्कथिक अनशन कहलाता है। अनशन की साधना सबके लिए स्वीकार्य नहीं हो सकती। हालांकि मेरा तो यह मन्तव्य है कि उपवास जिस व्यक्ति के लिए अनुकूल रहे, उसे उपवास या कुछ दिनों के लिए एकांतर अवश्य करना चाहिए। किन्तु जिन व्यक्तियों के लिए उपवास अनुकूल नहीं रहता। उनके लिए ऊनोदरी तप बड़ा लाभदायी होता है। किसी ने पूछा कि पाचक दवा कौनसी होती है? उत्तर दिया गया कि सबसे अच्छी पाचक दवा ऊनोदरी तप होता है। खाने में संयम रहेगा तो पाचन अपने-आप ठीक होगा। यह ऊनोदरी का तप और भी अनेक दृष्टियों से लाभदायी होता है। स्वाध्याय, इन्द्रिय-संयम, कषाय-शमन आदि की साधना में ऊनोदरी योगभूत बनती है। इस प्रकार भोजनशास्त्र और धर्मशास्त्र में भोजन के विषय में अनेक नियम, उपनियम व्याख्यात हैं।

भोजन के विषय में पहला नियम तो यह होना चाहिए कि साधक की भोजन के प्रति आसक्ति न हो। क्योंकि खाद्य असंयम का मूल कारण

है खाद्य पदार्थ के प्रति आसक्ति होना। आसक्ति नहीं है तो संयम अपने-आप सध जाता है। भोजन का दूसरा नियम यह होना चाहिए कि व्यक्ति भोजन करने में जल्दबाजी न करे। धीरे-धीरे अच्छी तरह चबा-चबा कर भोजन करे। ग्रास भी छोटा ले। जल्दी-जल्दी भोजन करने से खाने में असंयम भी हो सकता है और पाचन की दृष्टि से भी कठिनाई पैदा हो सकती है। इसलिए जो व्यक्ति धीरे-धीरे चबा-चबा कर खाता है, उसे तीन लाभ होते हैं खाने में संयम होता है, आंतों को श्रम कम करना पड़ता है और योग साधना भी हो जाती है। भोजन के सम्बन्ध में तीसरा नियम यह होना चाहिए कि भोजन करते समय दिमाग में कोई अन्य विचार नहीं रखना चाहिए। भोजन करने से पूर्व खाद्य पदार्थ का निर्णय किया जा सकता है, पर आहार करते समय दिमाग में यह चिन्ता नहीं रहनी चाहिए कि मैं अमुक पदार्थ का सेवन कर रहा हूँ। इससे मेरे वात, पित्त या कफ का प्रकोप बढ़ जाएगा। विवेकपूर्वक निर्णय के बाद

आदमी निश्चिंत होकर भोजन करें। भोजन के दौरान हंसी-मजाक व बातें भी न करें। बार-बार न खाएं। सामान्यतया मध्याह्नकालीन भोजन के बाद सायंकालीन भोजन तक पानी के अतिरिक्त कुछ भी खाना नहीं चाहिए। भोजन का अवस्था के साथ भी गहरा सम्बन्ध होता है। प्रायः चालीस वर्ष के बाद तला भोजन और पचास वर्ष के बाद मिठाई आदि नहीं खानी चाहिए। कभी-कभी नमक-परिहार और अन्न-परिहार का प्रयोग भी करना चाहिए।

इस प्रकार पवित्र भावना के साथ जागरूकतापूर्वक भोजन किया जाए तो स्वास्थ्य का लाभ होता है और साधना पुष्ट बनती है। स्वाद के लिए खाना अज्ञान, जीने के लिए खाना आवश्यकता और संयम की रक्षा के लिए खाना साधना है। साधक अपनी कर्म-निर्जरा और आत्मशुद्धि के लिए जीवन जीता है और जीवन रूपी गाड़ी को चलाने के लिए भोजन करता है। स्पष्ट लक्ष्य के साथ जीने वाला व्यक्ति अपने जीवन को सार्थक और सुफल बना सकता है।



स्वस्थ समाज निर्माण के लिए  
संकल्प करें



मैं रिश्वत नहीं दूंगा।

मैं व्यवहार और व्यवसाय में प्रामाणिक रहूंगा।



आवाज़ उठाओ, भ्रष्टाचार मिटाओ

अणुव्रत आन्दोलन

# चले जाना एक महामानव का

**डॉ. नरेन्द्र शर्मा 'कुसुम'**

जब घनीभूत पीड़ा मन को विषादग्रस्त और विषण्ण कर देती है तो कलह ठहर जाती है, शब्द मानो कि जम से जाते हैं। विषाद के क्षणों में लेखन मौन हो जाता है। मानवता के मसीहा आचार्य महाप्रज्ञ को इस धरा-धाम से गये एक महीने से अधिक हो रहा है। मुझे अहसास है कि उनके महाप्रयाण के विषादमय दौर में मुझसे कुछ भी नहीं लिखा गया, हालांकि मैं उन दिनों अनेक श्रद्धांजलियां पढ़ता रहा। अब जबकि आंखों की नमी कुछ कुछ कम होती जा रही है, समय के साथ मन का बोझ हल्का होता जा रहा है और मैं अंशतः प्रकृतिस्थ हो रहा हूँ तो मुझे आचार्यश्री याद आ रहे हैं। कितना हृदय-विदारक होता है एक युग का अंत होना, कितना कष्टकर होता है एक समुज्ज्वल दीपशिखा का बुझ जाना, कितना पीड़ादायक होता है एक महामानव का चले जाना। कितनी विस्मयकारी परिणति है मुनि नथमल से आचार्य महाप्रज्ञ की यशोगाथा। भले ही विस्मयकारी हो, भले ही अविश्वसनीय लगे पर है तो यह सत्यकथा ही! किसे विश्वास हो सकता था कि टमकोर, राजस्थान के झुंझनू जिले का वह छोटा-सा गांव, जहां आचार्य महाप्रज्ञ का जन्म हुआ, विश्व के इतिहास में अमर हो जायेगा। कौन सोच सकता था कि खारे पानी और धोरों में बसे इसी गांव की पगडंडियों से निकलकर युगदृष्टा आचार्य का विलक्षण सोच युग-युगों तक मानवता को दिशा- बोध देगा! आचार्यश्री की इस यशोगाथा के पीछे अनेक दशकों की अविरल ज्ञान-साधना, अनवरत चिंतन-मन, अनुप्रेक्षण, सर्जनात्मक सोच, लोक मंगल की चाह, व्यक्ति का सकारात्मक परिवर्तन आदि जैसे उदात्त भावों का संपुट रहा था। इस दीप्ति-स्तंभ के पीछे युगों-युगों की तपस्या का संबल रहा था। आचार्यश्री का विलक्षण व्यक्तित्व और कृतित्व एक दिन में नहीं ढला था। दरअसल, ऐसे

महामानव एक दिन में नहीं ढलते और न रोज़-रोज़ इस धरती पर आते हैं।

हम सब यहां जानते हैं,  
ऐसे जन रोज़ नहीं आते।  
युग-युग तक धरती तपती है,  
तब ऐसे जन भू पर आते।  
हम यह भी खूब जानते हैं,  
पदचिन्ह बड़ों के रह जाते।  
ये चिह्न समय की रेती पर  
उनकी गाथा को दोहराते।

आचार्यश्री सशरीर अब हमारे बीच नहीं। पर क्या वास्तव में वे हमारे बीच नहीं हैं? क्या वे मर कर भी अमर नहीं हैं? मर कर भी अमर हो जाना एक विचित्र विरोधाभास है। पर यह विरोधाभास कितनों को नसीब होता है? मृत्यु और जीवन मात्र परिवर्तन हैं। ये दोनों ही हमारी अपरिहार्य नियति हैं। शंकराचार्य याद दिलाते हैं

*आयुर्नश्यति पश्यतां प्रतिदिनं याति क्षयं यौवनं।  
प्रत्यायान्ति गताः पुनर्न दिवसाः कालो जगद्भक्षकः ॥*

इस जगद्भक्षक काल से कौन बचा है! भले ही आचार्यश्री का 'अस्थिचरममय' शरीर भस्मीभूत होकर पंचतत्व में विलीन हो गया हो, पर वे अब भी हमारे सामने हैं। हम उन्हें देख पा रहे हैं, उनके अमृत-वचनों को सुन पा रहे हैं, उनकी दिव्य उपस्थिति को अपने आस-पास अनुभव कर रहे हैं। जो दीप कई दशकों तक हमें प्रकाश देता रहा, वह क्या कभी बुझ सकता है। वह प्रकाश हम तक अब भी, प्रतिपल पहुंच रहा है, वे दिव्य-तरंगें अब भी हमारे मन-प्राण में प्रतिक्षण स्पंदित हैं।

आचार्यश्री का जीवन और उनका महाप्रयाण दोनों ही मानवता के लिए एक अक्षय ज्योतिपुंज हैं। राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त ने ऐसे ही महाप्राण व्यक्तियों के बारे में संभवतः लिखा होगा

विचार लो कि मर्त्य हो  
न मृत्यु से डरो कभी,  
मरो, परन्तु यों मरो  
कि याद जो करें सभी।  
हुई न सुमृत्यु तो  
वृथा मरे, वृथा जिये  
मरा नहीं, वहीं कि जो  
जिया न आपके लिए।

इतिहास साक्षी है कि आचार्य महाप्रज्ञ अपने लिए नहीं, दूसरों के लिए जिये। ऐसा जीवन, ऐसा महाप्रयाण कितनों को मिलता है! जब-जब 'जीवन विज्ञान', 'प्रेक्षाध्यान' की बात चलेगी, जब-जब किसी ध्यानयोगी, महामनीषी का संदर्भ आयेगा, जब-जब मानवता के मसीहा की चर्चा होगी, जब-जब अथाह ज्ञान, निविड़ साधना, कर्मयोग, लोकमंगल-भावना का प्रसंग छिड़ेगा, आचार्यश्री हमारे सामने होंगे, उनके ज्ञानामृत की वर्षा में हम आकंठ डूबते देखेंगे; उनके आशीर्वाद की प्राणवायु से हम उज्जीवित होते अनुभव करेंगे। ऐसे महामानव का पुण्य स्मरण संपूर्ण विश्व के मंगलोदय का समवेत-गान है। ऐसे महामना, उदात्तचेता महामानव को अनेकशः नमन। उनकी पुनीत स्मृति को 'भूयो भूयो' प्रणाम। आचार्यश्री के द्वारा दिखाये गये कल्याण-मार्ग में हम निरंतर चलते रहें, उनके जीवनादर्शों को हम मनसा-वाचा-कर्मणा जीते रहें, ऐसा हमारा संकल्प होना चाहिए। अंत में, भ्रद्धा-सुमनांजलि के रूप में ये पंक्तियां है मौसम आज असंयम का वर्चस्व यहां फैला तम का है आज अनैतिकता हावी-पतझड़ हो जैसे संयम का, मुनि नथमल से बन महाप्रज्ञ तुलसी का अणुव्रत महायज्ञ तुमसे महका बस्ती-बस्ती पतझड़ में ज्यों आये बसन्त!

श्रद्धा-प्रसून स्वीकार करो हे ज्योतिलीन, तुम, विश्वसंत।

7च2, जवाहरनगर, जयपुर-302004



# प्रज्ञा के प्रोन्नत शिखर : आचार्य महाप्रज्ञ

डॉ. बच्छराज दूगड़

आचार्य महाप्रज्ञ देश-विदेश में अहिंसा विचार और अहिंसा दर्शन के महान व्याख्याता थे। वे विश्व के उन महान संत-दार्शनिकों में से एक हैं जिन्होंने अहिंसा को समग्र किन्तु जीवन्त रूप से न केवल व्याख्यायित किया, बल्कि उस दर्शन के अनुसार जीवन भी जीया। उनके अनुसार अहिंसा जीवन का चरम आदर्श है। “अहिंसा यात्रा” अहिंसा के इस चरम आदर्श की व्यावहारिक परिणति है जिससे वर्तमान संदर्भों में अहिंसा के प्रति उनकी सोच आमजन तक पहुंच सके। आचार्य महाप्रज्ञ की यह सेवा आधुनिक भारत में सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण रही। उन्होंने अपनी अहिंसा यात्रा के माध्यम से उन हजारों-लाखों व्यक्तियों के दिलों को जीता जो देश-विदेश में अहिंसा के लिए कटिबद्ध हैं। इनकी प्रेरणा से समाज के बहुत बड़े भाग ने अहिंसा के मार्ग पर चलने की न केवल इच्छा व्यक्त की बल्कि उस ओर चरण-विन्यास भी किया। महाप्रज्ञ का मानव-समाज उत्थान हेतु यह अद्भुत अवदान है।

अहिंसा की प्रेरणा के साथ उनका संपूर्ण जीवन भी अहिंसा के सिद्धान्तों पर आधारित रहा। अहिंसा पर आधारित उनके जीवन का कोई सानी नहीं। लगभग 80 वर्ष की उम्र तक उन्होंने समाज सेवा के साथ हिंसा और संघर्ष की कई स्थितियों का अहिंसक तरीके से समाधान कर मानवता के समक्ष उदाहरण प्रस्तुत किया। आचार्यश्री संपूर्ण जीवन पदयात्री रहे। पदयात्रा का व्रत अहिंसा की रक्षा के लिए ही था। अहिंसा की रक्षा करते हुए लगभग एक लाख किलोमीटर की यात्रा अहिंसा के संदेश को व्यापकता देने के लिए हुई।

मानवीय एकता, विश्वबंधुत्व एवं राष्ट्रीयता की भावना पैदा करने के

उद्देश्य से इन्होंने कच्छ से कलकत्ता और पंजाब से कन्याकुमारी तक की ऐतिहासिक पदयात्राएं की। उनकी ये पदयात्राएं नैतिक जागृति की महायात्राएं थी। ये यात्राएं अहिंसा के जीवन्त स्वरूप की यात्राएं थी। यात्राओं में सर्वधर्म की दृष्टि से विभिन्न धर्माचार्यों से विचार-विमर्श, हरिजन उद्धार के साथ सामाजिक, धार्मिक राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय विषयों एवं समस्याओं पर आचार्य महाप्रज्ञ के विचारों एवं दृष्टिकोण ने राष्ट्रीय एकता, शांति एवं साम्प्रदायिक सौहार्द का मार्ग प्रशस्त किया।

धर्म के बारे में फैली मिथ्या धारणाओं, धार्मिक कर्मकाण्डों और अंधविश्वासों पर उन्होंने जनसभाओं में तीखे प्रहार किये। उनका मानना है “जो धर्म आदमी के जीवन में परिवर्तन नहीं लाता, आदमी को शांति प्रदान नहीं करता, उस धर्म का भार ढोने की बजाय उसे जल में प्रवाहित कर देना चाहिए। केवल कर्मकाण्ड, मंदिर में जाकर मूर्ति की पूजा आदि कर लेना और अपने आचरण को ठीक किये बिना स्वयं को धार्मिक मान लेना सबसे बड़ा धोखा है। धर्म किसी मंदिर, मस्जिद या पूजा अर्चना और कर्मकाण्ड में प्रतिष्ठित नहीं है, वह मानव के व्यवहार में प्रतिष्ठित होता है।”

आचार्य महाप्रज्ञ के साथ सैकड़ों साधु-साध्वियों की फौज थी जो स्वयं अहिंसक जीवन जीते हुए अहिंसात्मक मूल्यों पर आधारित जीवन जीने की प्रेरणा लाखों-लाखों लोगों को देने के लिए पद-यात्रा कर रहे थे। आचार्य महाप्रज्ञ का अहिंसा दर्शन व्यापक था। उनका अहिंसा दर्शन केवल मनुष्य तक सीमित नहीं था, अपितु पशु-पक्षी, पेड़-पौधों, पृथ्वी-पानी आदि भी इसकी सीमा में थे।

आचार्य महाप्रज्ञ के वैचारिक जगत् के अवदानों से बौद्धिक जगत् उपकृत हुआ जबकि उनकी जागृत अंतर्प्रज्ञा से आध्यात्मिक जगत् में कई नवीन आयाम उद्घाटित हुए जिनसे तनाव, अशांति और हिंसा से आक्रांत जनमानस को तनाव-शैथिल्य, शांति और अहिंसक जीवन शैली का संबल मिला।

स्वामी विवेकानंद ने अध्यात्म और विज्ञान के समन्वय की आवश्यकता अनुभव की। विनोबा ने भी इनके समन्वय पर बल दिया। आचार्य महाप्रज्ञ ने अपनी प्रतिभा के बल पर इस कार्य को संभव कर दिखाया। उनका यह विचार कि विज्ञान ने धर्म का नाश नहीं किया अपितु उसे पुनर्जीवन प्रदान किया है, धार्मिक क्षेत्र में सर्वथा एक नया विचार था।

आध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्तित्व निर्माण की दृष्टि से उनके प्रयत्न सराहनीय रहे। एक वर्षीय योगक्षेम कार्यक्रम में आचार्य महाप्रज्ञ ने आध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्तित्व-निर्माण के प्रशिक्षण को साकार कर दिखाया।

## प्रेक्षाध्यान एवं जीवन विज्ञान

प्रेक्षाध्यान आचार्य महाप्रज्ञ का एक ऐसा अवदान है जो अध्यात्म और विज्ञान के समन्वय का प्रतीक है। प्रेक्षाध्यान ने त्रिआयामी कार्य किया है 1. हिंसा और अशांति ग्रस्त व्यक्ति को अहिंसक और शांतिपूर्ण जीवन का प्रायोगिक स्वरूप प्रदान कर शांतिपूर्ण विश्व का आधार तैयार किया। 2. जो लोग धर्म और नैतिकता को रुढ़ि, ढकोसला या आडम्बर मात्र मानकर उससे दूर रहते थे प्रेक्षाध्यान के माध्यम से वे फिर अध्यात्म की ओर आकर्षित हुए तथा शांति के प्रति उनकी आस्था

और प्रबल हुई। 3. आंतरिक चेतना और संपूर्ण व्यक्तित्व के परिष्कार का कार्य किया है। वैज्ञानिक परीक्षणों से यह सिद्ध हुआ है कि प्रेक्षाध्यान से न केवल व्यक्ति की शारीरिक स्थिति में परिवर्तन आता है बल्कि उसके मानसिक और भावनात्मक स्तर पर भी आश्चर्यजनक परिवर्तन घटित होते हैं। जिससे एक व्यक्ति हिंसा छोड़ देता है, ब्यसन मुक्त हो जाता है, आक्रामकता को त्यागकर शांतिपूर्ण सह-अस्तित्व में विश्वास करने लग जाता है। उसकी जीवन शैली में आमूल-चूल परिवर्तन घटित होते हैं।

आचार्य महाप्रज्ञ सामाजिक, राष्ट्रीय और वैश्विक समस्याओं से गहरा सरोकार रखते थे। महत्त्वपूर्ण यह है कि वे केवल समस्याओं की ही बात नहीं करते वरन् उनके समाधान भी सुझाते थे। आचार्य महाप्रज्ञ की सोच थी वर्तमान शिक्षा पद्धति में पर्याप्त बौद्धिक विकास तो है किन्तु चरित्र का विकास नहीं। शिक्षित व्यक्ति हिंसा, अपराध एवं अनैतिकता में अधिक लिप्त है। आचार्य महाप्रज्ञ भावनात्मक विकास के अभाव में ऐसा होना स्वाभाविक मानते थे। उन्होंने शिक्षा की सर्वांगीणता के रूप में जीवनविज्ञान का विकल्प रखा जो शिक्षा जगत् में उनका महत्त्वपूर्ण अवदान है।

क्रूरता, ईर्ष्या, प्रतिशोध, भय, घृणा, वासना जैसी भावनात्मक विकृतियों पर नियंत्रण की कोई प्रणाली वर्तमान शिक्षा के पास नहीं है। जीवन विज्ञान इस कमी को पूरा करता है। जीवन विज्ञान की शिक्षा पद्धति में सैद्धान्तिक प्रशिक्षण के साथ प्रायोगिक प्रशिक्षण भी समाहित है जिससे विद्यार्थी के जीवन में आंतरिक परिवर्तन घटित होते हैं। दिल्ली, गुजरात, राजस्थान, मध्य प्रदेश आदि राज्यों की सैकड़ों स्कूलों में जीवन विज्ञान की शिक्षा सफल सिद्ध हुई है।

आचार्य महाप्रज्ञ जीवन विज्ञान के तीन मुख्य उद्देश्य बताते थे

1. स्वस्थ व्यक्तित्व का विकास

शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक एवं सामाजिक विकास का संतुलन।

2. नये समाज का निर्माण (अहिंसक समाज) हिंसा, शोषण एवं अनैतिकता से मुक्त समाज।

3. नई पीढ़ी का निर्माण ऐसी पीढ़ी जो आध्यात्मिक भी हो और वैज्ञानिक भी। अध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्ति का निर्माण।

### अहिंसा-प्रशिक्षण

समस्याओं के समाधान के लिए राजनीति और कूटनीति में वार्ता अहिंसक साधन के रूप में प्रयुक्त होती रही है। गांधी और विनोबा ने शांति सेना के विचार के द्वारा अहिंसक एवं शांतिपूर्ण समाधान के लिए एक संगठन तैयार किया था। आचार्य महाप्रज्ञ ने गांधी की हृदय परिवर्तन और विनोबा के विचार और व्यवस्था परिवर्तन की परम्परा को आगे बढ़ाते हुए जीवन शैली परिवर्तन एवं आजीविका शुद्धि के लिए भी व्यापक प्रयास किया। आचार्य महाप्रज्ञ का यह मानना है केवल व्यक्ति परिवर्तन अथवा केवल व्यवस्था परिवर्तन की एकांगी अवधारणा प्रभावपूर्ण नहीं हो सकती। अहिंसक समाज के लिए व्यक्ति और व्यवस्था का समेकित रूप से परिवर्तन अपेक्षित है।

अहिंसा प्रशिक्षण आचार्य महाप्रज्ञ की इसी सोच का परिणाम था। यह आचार्य महाप्रज्ञ की मानव जाति को एक विशिष्ट एवं अतुलनीय देन थी। अहिंसा प्रशिक्षण की चतुःआयामी अवधारणा मात्र सैद्धान्तिक ही नहीं है अपितु यह प्रयोगों पर आधारित है। ध्यान, कायोत्सर्ग, अनुप्रेक्षा, संयम आदि पर आधारित प्रयोग हृदय परिवर्तन के लिए कारगर सिद्ध हुए हैं।

### अहिंसा समवाय

आचार्य महाप्रज्ञ का यह मानना था कि पर्यावरण संकट ने जो प्रश्न उपस्थित किए हैं उससे अहिंसा को नया और व्यापक आधार मिला है। मानव अस्तित्व

के साथ अन्य प्राणियों के अस्तित्व की स्वीकृति केवल पारलौकिक साधना नहीं, इस जीवन की उपयोगिता भी है। संकीर्ण सोच और भौतिकवादी दृष्टिकोण ने पूरी दुनिया के अस्तित्व के लिए ही प्रश्नचिह्न उपस्थित कर दिया है। ऐसी स्थिति से निपटने के लिए हजारों व्यक्ति और संस्थाएं अहिंसा के लिए कार्य कर रहे हैं फिर भी अहिंसा के स्वर में तेजस्विता नहीं आ पा रही है। अहिंसा के लिए कार्य करने वाले लोगों एवं संस्थाओं के बीच समन्वय का अभाव भी इसका एक प्रमुख कारण है। इस स्थिति से निपटने के लिए आचार्य महाप्रज्ञ ने अहिंसा की शक्तियों का एक समवाय बनाने का विचार रखा। हर व्यक्ति और संस्था का अपना जो भी कार्यक्रम है, वह यथावत रहे। पर अहिंसा समवाय के अंतर्गत सभी मिल बैठकर विचारपूर्वक जो सामूहिक निर्णय करें उस पर सार्थक रूप से साझा प्रयत्न करें। आचार्य महाप्रज्ञ के इस विचार और मंच में अनेकानेक धर्म नेताओं एवं सामाजिक कार्यकर्ताओं के साथ सर्वोदयी नेता बालविजय भी सहयोगी बने हैं। 25 अक्टूबर, 1999 को अहिंसा में विश्वास रखने वाले अनेक व्यक्तियों और संस्थाओं ने अहिंसा समवाय को हिंसा की समस्या को सुलझाने के लिए अहिंसा के एक मंच के रूप में स्वीकार किया है।

अहिंसा समवाय यह अनुसंधान कर रहा है कि आज तक अहिंसा के लिए क्या-क्या सोचा और किया गया। वर्तमान में कहां-कहां और क्या-क्या सोचा और किया जा रहा है? हिंसा के क्या कारण हैं और उनका निवारण कैसे संभव है? ये प्रयोग भी किए जा रहे हैं कि मानव-मानव के बीच, मानव एवं समाज के बीच और मानव एवं प्रकृति के बीच शोषण विहीन आत्मीय संबंध कैसे स्थापित हो? समाज में कैसे आत्मानुशासन बढ़े ताकि बाहरी अनुशासन की आवश्यकता न हो। यह मंच जीवन से जुड़ा है, अतः हिंसा के अल्पीकरण द्वारा

अहिंसक जीवन शैली का व्यापक प्रशिक्षण भी प्रदान कर रहा है।

### अंतर्धार्मिक संवाद में अग्रणी

सभ्यताओं के बीच युद्ध के विचार ने अंतर्धार्मिक संवाद का मुद्दा सहज ही सजीव हो उठा है। भारत में आचार्य महाप्रज्ञ ने अंतर्धार्मिक संवाद के क्षेत्र में पहल कर अग्रगण्य की भूमिका निभाई है। न्यूयार्क में हुए विश्वधर्म सम्मेलन के लिए आचार्य महाप्रज्ञ ने अपने संदेश में लिखा था “तीसरी सहस्राब्दी के प्रारंभ के साथ ही समयचक्र ने मोड़ लिया है। उसके साथ विश्व चिंतन ने भी मोड़ लिया है। वर्तमान विश्व का स्वतंत्रता, सापेक्षता, समन्वय और सह-अस्तित्व के प्रति आकर्षण बढ़ा है। इस संक्रमण की स्थिति में धर्मगुरुओं का मिलन बदलती हुई परिस्थिति की एक महत्वपूर्ण घटना है।।....

कितना अच्छा होता कि विश्व के धर्मगुरु परस्पर मिलकर संयुक्त धर्मसंघ का निर्माण करते। युद्ध, संघर्ष और अशांति की समस्या का समाधान विश्व के समक्ष प्रस्तुत करते। ... जातिभेद, रंगभेद, साम्प्रदायिक उन्माद और विश्वव्यापी बनने की मनोवृत्ति ये युद्ध और अशांति के कारण हैं। इनका समाधान जितना धर्मगुरुओं के पास है उतना राष्ट्रध्यक्षों तथा राजनेताओं के पास नहीं। ... कितना अच्छा हो इस भूमिका पर विचार कर “अहिंसा द्वारा विश्व शांति” मंच की स्थापना की जाए और वह संयुक्त राष्ट्र के पूरक के रूप में कार्य करे।”

आचार्य महाप्रज्ञ का यह दूरदर्शितापूर्ण संदेश अंतर्धार्मिक विवादों को सह-चिंतन द्वारा सुलझा कर सभ्यताओं के बीच युद्ध टालने का एक महत्वपूर्ण उपक्रम हो सकता है। यह आधार उन्हें मानव मात्र को जोड़ने वाला सिद्ध करता है। “अंतर्धार्मिक संवाद एवं शांति की संस्कृति” पर यूनेस्को अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन में जो संस्तुतियां दी गई थीं

उनमें से एक का उल्लेख करना अप्रासंगिक नहीं होगा क्योंकि वह आचार्यश्री महाप्रज्ञ के मूल संदेश पर आधारित लगती है “विभिन्न धार्मिक संस्थाओं के बीच संवाद का क्रम चलना चाहिए जिससे विगत काल के भेदभाव, उत्पीड़न व युद्ध की कड़वी स्मृतियों को भुलाया जा सके तथा आगे आने वाले समय में विभिन्न धार्मिक समूहों के मध्य भातृभावना से परिपूर्ण एकता स्थापित की जा सके। ... धर्माचार्यों से अनुरोध किया जाता है कि मानव मात्र की भलाई के लिए एकजुट हों तथा सभी के सुखी जीवन को सुनिश्चित करने के लिए चिंतन करें।”

आचार्य महाप्रज्ञ की यह दूरगामी सोच आज भारत के लिए तो वरदान ही सकती है विश्व शांति के लिए भी मील का पत्थर साबित हो सकती है।

### विकास के लिए चिंतन

आचार्य महाप्रज्ञ केवल आध्यात्मिक चिंतक और ऋषि ही नहीं हैं अपितु वे हर उस समस्या से सरोकार रखते हैं जो मानव जीवन को प्रभावित करती हैं। वे आर्थिक समस्याओं के निदान के लिए अहिंसक आर्थिक पुनर्निर्माण का विचार प्रस्तुत करते हैं। वे कहते हैं “वर्तमान विकास की अवधारणा में एक अति का प्रयोग हो रहा है। भौतिक पूंजी के प्रति अत्याधिक आकर्षण हो रहा है। उसके सामने नैतिक एवं आध्यात्मिक मूल्य तथा पर्यावरण ये सब गौण हो रहे हैं।

विकास की एकांगी अवधारणा के आधार पर विकसित राष्ट्र, विकासशील राष्ट्र और अविकसित राष्ट्र के वर्गीकरण का अस्वीकार वे नये वर्गीकरण की अपेक्षा पर बल देते हैं। उनके अनुसार

1. जिस राष्ट्र में औद्योगिक विकास पर्याप्त मात्रा में है और जिसके नागरिकों में उपभोग का संयम करने की चेतना जागृत है, जिसमें नैतिक मूल्यों के प्रति निष्ठा है, वह विकसित राष्ट्र है।

2. जो राष्ट्र औद्योगिक विकास की दिशा में अति कर रहा है,

उपभोग-सामग्री के संयम की दिशा में प्रगति कर रहा है, नैतिक मूल्यों के प्रति जागरूक हो रहा है, वह विकासोन्मुख राष्ट्र है।

3. जिस राष्ट्र में औद्योगिक विकास हो चुका है, उपभोग सामग्री की प्रचुरता है किन्तु नैतिक व आध्यात्मिक चेतना जागृत नहीं है वह अर्धविकसित राष्ट्र है।

4. जिस राष्ट्र में औद्योगिक विकास भी नहीं हुआ, उपभोग सामग्री का भी अभाव है व नैतिक मूल्यों के प्रति उदासीन है वह अविकसित राष्ट्र है।

इसी तरह वे असीमित उपभोग पर टिप्पणी करते हुए कहते हैं ‘जब-जब मनुष्य की जीवन शैली आवश्यकताओं और उपयोगिता से हटकर आसक्ति और सुविधावाद से प्रभावित हुई है, तब-तब समाज ने संकट के क्षणों का अनुभव किया है। संतुलित विकास की अवधारणा के लिए वे चतुष्कोण सुझाते हैं आर्थिक एवं पदार्थ का विकास, पर्यावरण की चेतना का विकास, नैतिक मूल्यों का विकास एवं आध्यात्मिक चेतना का विकास।

हाल ही में महामहिम राष्ट्रपति कलाम के साथ उनके हुए कई संवादों में आचार्य महाप्रज्ञ ने युद्ध के लिए मिसाइलों के निर्माण के स्थान पर शांति की मिसाइल तैयार करने पर बल दिया है ताकि मानवता जीवित रह सके। महामहिम राष्ट्रपति कलाम आचार्यश्री के इस विचार से बहुत प्रभावित हैं तथा इस दिशा में सक्रिय कदम उठाने के लिए तत्पर हैं।

निष्कर्षतः आचार्य महाप्रज्ञ के व्यक्तित्व को शब्दों में बांधना आसमां के सितारे तोड़ना है। उनके इन प्रयासों ने राष्ट्र को ही नहीं मानव मात्र को जोड़ने का कार्य किया है और इसके लिए उन्हें इंदिरा गांधी राष्ट्रीय एकता पुरस्कार मिलना स्वयं पुरस्कार के लिए ही पुरस्कृत होना है।

**अध्यक्ष : अहिंसा एवं शांति विभाग  
जैन विश्वभारती संस्थान, लाडनूं**

# महामानव का महाप्रस्थान

डॉ. सुधा अरोड़ा

युगप्रधान आचार्य महाप्रज्ञ, अहिंसक चेतना के अग्रदूत, करुणा मूर्ति, मानवता के पुजारी, अहिंसा, शान्ति, संयम के रास्ते से समाज, परिवार संसार को विश्व शान्ति की राह पर अग्रसर करने वाले महाप्राण, आचार्य महाप्रज्ञ का सम्पूर्ण जीवन एक महायज्ञ का पर्याय है।

राष्ट्र संत आचार्य महाप्रज्ञ ने सरदारशहर (राजस्थान) में अपना शरीर त्याग, ब्रह्मलीन होने का निश्चय लिया। लाखों, करोड़ों अनुयायियों को रोता, बिलखता छोड़, संसार से नाता तोड़ लिया। विश्वास करना कठिन है कि राष्ट्र-उत्थान के लिये समर्पित महामानव, महाप्राण कभी इस संसार को अलविदा कह सकते हैं।

यह सत्य है कि अजर-अमर तो कोई भी नहीं। जो आया है वह जायेगा। राजा, रंक, फकीर, यही विधि का विधान है। किन्तु इस प्रकार का विरल संत जो जन-जन का महाप्राण हो, भगवान हो, उनका इस संसार से महाप्रयाण वास्तव में हृदय-विदारक है, अविश्वसनीय है।

इस तरह के संत, विद्वान, ज्ञानी, आज के युग के 'विवेकानंद' कहलाने वाले कभी शताब्दियों में विरल ही जनमते हैं। जो करोड़ों लोगों के हृदय पटल पर न मिटने वाली छाप छोड़ जायें। ऐसे योगी, तपस्वी, मनस्वी, संसार को अभय

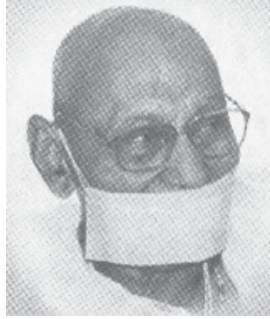
और अहिंसा का पाठ पढ़ाने वाले, चौदह वर्ष की अवस्था में भारत के अनेक प्रांतों की यात्रा करने वाले, बीसवीं-इक्कीसवीं शताब्दी के महान आध्यात्मिक गुरु, दार्शनिक, विद्वान,

योगी, वैज्ञानिक जिन्होंने ध्यान पद्धति के द्वारा अनेकों लाइलाज बीमारियों का हल निकाला, सैकड़ों विद्वतापूर्ण किताबों का निर्माण किया, संपादन किया और जीवन विज्ञान के रूप में न केवल राष्ट्रीय, अपितु अंतर्राष्ट्रीय स्तर

पर ख्याति प्राप्त की और हर एक के हृदय पटल पर अमिट छाप छोड़ी। गुरुदेव तुलसी के महाप्रज्ञ, गुरु-शिष्य की विलक्षण जोड़ी ने संसार में एक इतिहास रचा है और एक मिसाल कायम की है।

गुरुदेव तुलसी के पास जाकर मेरे अंदर का नटखट बच्चा चहकने तथा किलकारियां भरने लगता था। गुरुदेव की आंखों की चमक बढ़ जाती थी और आनन्दित होकर मेरी बातों को ध्यान से सुनकर मुस्कराते थे। लेकिन आचार्य महाप्रज्ञजी बहुत धीरे, गंभीर, तोल कर बोलते थे। गंगाशहर में एक अणुव्रत प्रचेता शिविर था और उसकी समाप्ति पर मैं गुरुदेव के पास पहुंची। बातचीत के बाद मैंने गुरुदेव से आचार्य महाप्रज्ञ की बहुत कम बोलने के विषय पर शिकायत की। गुरुदेव बस मुस्कुरा दिये और मुझे आचार्य महाप्रज्ञजी से मिलने के लिए भेज दिया। मेरे वहां पहुंचते ही आचार्यजी ने बहुत अपनेपन से बोला, 'हां आ गई, बहुत अच्छा काम कर रही हो, गुरुदेव बहुत प्रसन्न हैं। ऐसे ही काम करती रहना और

आशीर्वाद लेते रहना। मेरे आश्चर्य का कोई ठिकाना नहीं था। बिना कोई जवाब दिये, मैं गुरुदेव के पास भागी-भागी पहुंची और गुरुदेव से पूछा क्या आपने आचार्यजी को मेरी



**हे प्रेरणा पुंज, आपने सदैव ही हमारा मनोबल बढ़ाया है और हर हालात में डटे रहना और चलना सिखाया है। आपका यही आशीर्वाद हमारा प्रेरणा स्रोत रहे।**

**गुरुदेव : शुक्र है कि मिल गई है रहनुमाई आपकी, वगरन् मंजिलें गुम थीं, रास्ते दुश्वार थे।**

**हे संत शिरोमणी, आपके साथ एक युग की समाप्ति हो गई, लेकिन आपमें गुरुदेव तुलसी दिखाई देते थे और आज के आचार्य महाश्रमण में आप दिखाई देंगे, ऐसा मेरा विश्वास है और यही हमारी सच्ची श्रद्धांजलि है। आप हैं, आप रहेंगे, अजर-अमर, एक प्रेरणा-पुंज बनकर।**



## शत्-शत् नमन

लक्ष्मी रानी लाल

बात पहुंचा दी? आज तो वह बहुत ही अपनेपन से बात कर रहे थे, खूब बतिया रहे थे। गुरुदेव बहुत ही खिलखिलाकर हंसे और बोले, “वह मेरा महाप्रज्ञ है, सब समझता है, उसे कुछ भी कहने की आवश्यकता नहीं।”

भाई डॉ. महेन्द्र कर्णावट मेरे साथ थे जो स्वयं भी आचार्यश्री की तरह तोल कर बोलते हैं, वह भी शांत भाव से मेरे तथा गुरुदेव के वार्तालाप को सुन रहे थे। गुरुदेव के पास और भी भीड़ इकट्ठी हो गई और हमारी बातचीत का आनंद लेने लगी। गुरुदेव की बात सुनकर सभी ने गुरुदेव की आचार्यजी की जय-जयकार के नारे लगाये। यह प्रसंग कभी न भूलने वाला था और गुरु-शिष्य सम्बन्ध, इतना विरल, अद्भुत, इस कदर आत्मा के तार मिले हुए, जहां भाषा की आवश्यकता ही नहीं, सत्य होते हुए भी एक स्वप्न जैसा प्रतीत होता है।

आज गुरुदेव भी नहीं हैं, आचार्य महाप्रज्ञ भी नहीं हैं, लेकिन ऐसा एहसास नहीं होता। आवाज गूंजती है चारों तरफ..... और सुनाई देता है

“मैं हूं, मैं हूं, अपने कर्तृत्व में, आपके एहसास में, मिशन की बुलन्दी में, आप सबकी रजामन्दी में। मैं यही हूं, आपके विश्वास में, आपके हर अच्छे कार्य में, मानव कल्याण, राष्ट्र निर्माण, राष्ट्रीय एकता, निर्माण के आधार में, अहिंसा, शान्ति और सौहार्द में। अतः

*कदम बढ़ाओ, गिरो, गिरकर संभलना सीखो,  
चाल तुम ऐसी चलो, जिससे कि चलना सीखो।  
यह न कहो कि गुरुदेव आचार्यश्री के जाने से बदल गये हालात।  
उनके वचनों से इरादा मजबूत करो और हालात को बदलना सीखो।।*

हे प्रेरणा पुंज, आपने सदैव ही हमारा मनोबल बढ़ाया है और हर हालात में डटे रहना और चलना सिखाया है। आपका यही आशीर्वाद हमारा प्रेरणा स्रोत रहे।

मैं तन-मन-वचन से श्रद्धावन्त आपको नमन करते हुए आपको अपनी श्रद्धांजलि अर्पित करती हूं, मिशन की बुलन्दी में सम्पूर्ण समर्पण के साथ।

गुरुदेव : शुक्र है कि मिल गई है रहनुमाई आपकी,  
वगरन् मंजिलें गुम थीं, रास्ते दुश्वार थे।

हे संत शिरोमणी, आपके साथ एक युग की समाप्ति हो गई, लेकिन आपमें गुरुदेव तुलसी दिखाई देते थे और आज के आचार्य महाश्रमण में आप दिखाई देंगे, ऐसा मेरा विश्वास है और यही हमारी सच्ची श्रद्धांजलि है। आप हैं, आप रहेंगे, अजर-अमर, एक प्रेरणा-पुंज बनकर।

इस अजर-अमर पवित्र आत्मा के लिये, मेरी हार्दिक श्रद्धांजलि। जय अणुव्रत, जय गुरुदेव।

ए-135, पंडारा रोड़, नई दिल्ली-110003

अहिंसा और नैतिकता के राजमार्ग के पथ-प्रदर्शक आचार्य महाप्रज्ञ के महाप्रयाण से पूरा देश स्तब्ध हो उठा। अहिंसा समवाय का गठन करके विभिन्न विचारधाराओं वाले लोगों एवं संस्थाओं को एक मंच पर लाकर उन्होंने साम्प्रदायिक सद्भावना की सुंदर मिसाल पेश की।

आचार्य महाप्रज्ञ सरल कथाओं के माध्यम से अहिंसा तथा नैतिकता की बातें समझाते थे। वे एकता और सद्भावना के पक्षधर थे। अहिंसा यात्रा द्वारा नैतिक चेतना के जागरण हेतु उन्होंने प्रयास किया।

राष्ट्रीय एकता एवं उसके विकास में उनका महत्वपूर्ण योगदान रहा। उन्होंने जाति, पंथ तथा मजहब के नाम पर खड़ी की गई नफरत की दीवारों को तोड़ने का अथक प्रयास किया। उन्होंने कहा “अनावश्यक उपभोग मत करो, अनावश्यक प्रदर्शन मत करो, यह एक बात समझ आ जाए तो हिन्दुस्तान में कोई भी आदमी दिवालिया नहीं होगा और देश भी महामंदी की चपेट में नहीं आएगा।” आचार्यश्री ने यह भी कहा “जो व्यक्ति जीवन में नैतिकता को प्रमुखता देता है, वह माने या न माने परन्तु जन्मजात वह अणुव्रती होता है।”

भ्रष्टाचार के संबंध में आचार्य महाप्रज्ञ का कथन है “भ्रष्टाचार तभी मिट सकता है जब व्यक्ति, समाज और राष्ट्र में संयम का विकास हो।”

मानवता के महान् मसीहा आचार्य महाप्रज्ञ करुणा के सागर थे। उनके जीवन एवं दर्शन से प्रेरणा प्राप्त कर, हमें मानवीय संवेदनाओं को जगाना है। आचार्यश्री महाप्रज्ञ के अनुसार, “ममकार ही अंधकार का जनक है। अहंकार पर विजय की चिंता करने के साथ ही ममकार के विसर्जन पर भी चिंतन करना आवश्यक है।”

अणुव्रत एवं अहिंसा समवाय आचार्य तुलसी एवं आचार्य महाप्रज्ञ की विश्व को विशिष्ट देन है। आचार्य तुलसी एवं आचार्य महाप्रज्ञ ने अहिंसा, शांति और ज्ञान की ज्योति को प्रज्वलित रखने का बीड़ा उठाया। आचार्य महाप्रज्ञ के अनुसार, “अणुव्रत एक धर्मक्रांति है। इसके मंच पर जैन, बौद्ध, वैदिक, मुस्लिम, सिख, ईसाई एवं पारसी सभी आते हैं। अणुव्रत अखंड मानवता का आंदोलन है। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाप्रज्ञ को मेरा शत् शत् प्रणाम।

24, एम.आई.जी., आदित्यपुर-02, जमशेदपुर 831013



# भौतिकता की चकाचौंध

हमारा देश धर्मप्रधान राष्ट्र है। यहाँ धर्म का भाव किसी सम्प्रदाय, मत अथवा पंथ से नहीं है। धर्म का अर्थ है जो धारण करने योग्य है, जिसे जीवन में धारण किया जा सके, जिसे धारण करने से समाज संगठित होकर सामान्य सुचारु रूप से चल सके। प्राचीन समय से ही भारतीय जीवन-पद्धति धर्म के द्वारा ही आश्रित रही है। यह एक विडम्बना ही है कि आज भारत में भौतिकता प्रधान यूरोपीय जीवन-शैली का अंधानुकरण बड़ी तीव्रता से हो रहा है। प्राचीन भारतीय ज्ञान पर पश्चिमी छाप लगने के उपरांत उसे सत्य, वैज्ञानिक व आधुनिक संबोधन देकर गर्व के साथ अनुसरण किया जा रहा है। जैसे योग से योगा, आयुर्वेद से आयुर्वेदा होने पर भी हम उसे वास्तविक सत्य स्वीकार कर रहे हैं।

भारतीय जीवन शैली, संस्कृति की अवहेलना व पाश्चात्य जीवन-शैली, जो हमारे सामाजिक संगठन, सोच व पर्यावरण के अनुरूप नहीं है, के अंधानुकरण से समाज में अनेकानेक दुष्परिणाम सामने आ रहे हैं। जैसे आहार-प्रणाली में बदलाव से अनेक बीमारियाँ, शिक्षा-पद्धति में परिवर्तन से मानसिक कुरीतियाँ, पाश्चात्य रहन-सहन से अनेकानेक सामाजिक कुरीतियाँ आदि।

सम्प्रति हमारे पर्वों व उत्सवों में बाजारीकरण हावी हो गया है। पाश्चात्य पर्व जैसे वैलेन्टाइन-डे बड़ी धूमधाम से मनाए जा रहे हैं। बच्चों के जन्मदिन पर दीपक न जलाकर केक काटे जा रहे हैं, मोमबत्ती बुझाई जा रही हैं। वैदिक शिक्षा बन्द कर सेक्स शिक्षा अनिवार्य करके पूरे समाज को भोगवाद की ओर धकेला जा रहा है। आज की शिक्षा बेरोजगारी बढ़ा रही है। संयुक्त परिवार टूटकर एकल परिवार तेजी से बढ़ रहे हैं। स्वार्थ, एकांत एवं अकेले रहने की आदत से अवसाद व चिड़चिड़ापन जैसी

## डॉ. विजयप्रकाश त्रिपाठी

समस्याएं तेजी से बढ़ रही हैं। आज बच्चे धन को प्राथमिकता देते हैं, माँ-बाप, भाई-बहिन व रिश्तेदार बोझ की तरह देखे जाने लगे हैं। चारित्रिक पतन से हिंसा, बलात्कार, अपहरण की घटनाएं तेजी से बढ़ रही हैं। भारतवासियों को चाहिए कि वे भारत में फैल रहे पश्चिमी दुष्प्रचार व उसके अंधानुकरण से होने वाले दुष्प्रभावों व दुष्परिणामों को समझें। पश्चिम की अच्छाइयों व भारतीय संस्कृति में सामंजस्य स्थापित करने में सहयोग करें। स्वामी विवेकानंद ने कहा “हमें पश्चिम से अच्छी बातें जरूर ग्रहण करनी चाहिए, परन्तु यदि हम उनकी नकल ही करते रहेंगे व अपनी प्रत्येक बात को अस्वीकार करके, पश्चिम की मोहर लगाकर ग्रहण करेंगे तो वह एक खतरनाक स्थिति होगी। जो भी पाश्चात्य है, वह श्रेष्ठ है, ऐसी भावना स्वयं को रसातल में ले जाने वाली है, हमारे देश में अनेक विद्वान, ऋषि व श्रेष्ठ पुरुष हुए हैं तथा हमारे वेद और पुराणों में वह ज्ञान-दर्शन भरा हुआ है जो पूरे विश्व तो क्या ब्रह्माण्ड तक को एक सूत्र में बांध सकता है।”

आज एक यक्ष प्रश्न हम सबके समक्ष है कि भौतिकता की चकाचौंध में उत्कृष्ट जीवन कैसे जिया जाय? उत्कृष्ट जीवन जीने की जिनकी चाह होती है जो हृदय से यह आशा रखते हैं कि उनका व्यक्तित्व सामान्य व्यक्तियों की अपेक्षा कुछ ऊँचा, शानदार व प्रतिभायुक्त हो, उन्हें इसके लिए जरूरी संसाधन जुटाने पड़ते हैं। विश्व के अन्य प्राणी तो प्राकृतिक प्रेरणा से प्रतिबन्धित जीवनयापन करते हैं, किन्तु मानव की यह विशेषता है कि वह किसी भी समय स्वेच्छा से अपने जीवन में परिवर्तन कर सकता है। मनुष्य तो गीली मिट्टी की भाँति है और

विचार उसका सांचा। जैसा विचार होगा, वैसा ही मनुष्य का जीवन ढलता चला जाएगा, अतएव जब भी कभी ऐसी आकांक्षा उठे, तब अपने विचारों को गंभीरतापूर्वक देखना चाहिए, कुत्सित विचारों को दूर कर दिव्य विचारों को धारण करना प्रारंभ कर दें, तभी जीवन उत्कृष्टता की ओर अग्रसर होगा।

हर व्यक्ति में उच्चता की ओर बढ़ सकने की अद्भुत शक्ति प्रभु ने प्रदान की है, लेकिन यह तब तक अविकसित ही बनी रहती है, जब तक श्रेष्ठ आदर्श सम्मुख रखकर वैसा ही उदात्त बनने की चेष्टा नहीं की जाती। मनुष्य को यह भाव अपने मन-मस्तिष्क से निकाल देना चाहिए कि उसके पास पर्याप्त बौद्धिक क्षमता नहीं है। कई बार हम भाग्य और परिस्थितियों को भी बाधक मान लेते हैं, लेकिन यह मान्यता प्रायः अस्तित्व-विहीन ही होती है। निर्बलता, न्यूनता और अनुत्साह की दुर्बल मान्यताओं से भरे हुए मनुष्य, जीवन में कोई महत्वपूर्ण सफलता प्राप्त नहीं कर सकते। अनुभव करना चाहिए कि आप में विश्वास और मनोरथ-सिद्धि की बड़ी विलक्षण शक्ति भरी पड़ी है। आपको मात्र उस शक्ति को प्रयोग में लाना है। आप स्वयं देखेंगे कि आपके स्वप्न कैसे साकार होते हैं? जो विचार आपको तुच्छ व विनाशपूर्ण दिखाई दें, उन्हें एक क्षण के लिए मस्तिष्क में टिकने न दें। उन योजनाओं के विचार-विमर्श में ही लगी रहें, जिनसे आपको लक्ष्य प्राप्ति में सहायता मिलती है।

सफलता मनुष्य को तभी प्राप्त होती है, जब मनुष्य अपने विचारों को साहसपूर्वक कर्म में बदल देता है। आप विद्याध्ययन करना चाहते हैं। प्रत्येक कार्य में उन्हें शंका ही बनी रहती है। अधूरे मन से संदिग्ध अवस्था में किए गए कार्य कभी सफल नहीं होते। यह एक प्रकार के कुविचार ही हैं, जो हमारी

अवनति के मूल कारण होते हैं। आशावान् व्यक्ति अल्प-शक्ति और विपरीत परिस्थिति में भी अपना मार्ग बना लेते हैं। श्रेष्ठता, उत्कृष्टता व पवित्रता के सुविचारों से ही आत्मविश्वास जाग्रत किया जा सकता है। इसी से वह शक्ति प्राप्त की जा सकती है, जो मानव जीवन को अत्यन्त ऊँचा उठा सकती है। भले व बुरे दोनों प्रकार के विचार मनुष्य के अंतःकरण में विद्यमान रहते हैं। अपनी इच्छा व रुचि के विकास से शुभ गुणों का परिष्कार होता है। विकारों के साथ संघर्ष करके, उन्हें नियंत्रण में रखकर या दबाकर ही धर्म साधनों में स्थिर रहा जा सकता है।

मनुष्य प्रत्येक परिस्थिति में सत्य की खोज व प्राप्ति कर सकता है। रीति यह है कि वह अपनी वर्तमान परिस्थितियों का सदुपयोग कर उन्हें बुद्धि और शक्ति प्राप्त करने में लगाए। अपने मस्तिष्क में पवित्र विचारों को निरन्तर स्थान देने से शुभ कर्मों में मन लगा रहता है और मनुष्य की बुद्धिमत्ता उत्तरोत्तर बढ़ती जाती है। क्रियाओं में सदाचार से शक्ति का हास नहीं होता। स्थिर शक्ति और सात्विक बुद्धि के सम्मिश्रण से ही दिव्य जीवन की अनुभूति होती है। आध्यात्मिक जीवन का राजमार्ग भी यही है।

आदर्श के प्रति रुकावटों का प्रमुख केन्द्र मनुष्य का अन्तःकरण ही होता है। सद्प्रवृत्तियों के विकास से आदर्शों की रक्षा होती है तथा दुष्कर्मों के संयोग से असफलता, दीनता व हीनता के अमंगल परिणाम प्रस्तुत होते हैं। मनुष्य अपने आदर्शों की प्राप्ति कर ले, इसके लिए उसे अंतःकरण की इस पवित्रता को बनाए रखना अत्यावश्यक है। जिनका आचरण इस प्रकार का हो कि वे भूल सुधार की इच्छा रखते हों, उनके संदर्भ में कहा जा सकता है कि वे आगे चलकर

सफलता प्राप्त कर लेंगे। थोड़े शब्दों में यह कह सकते हैं कि उनका व्यक्तित्व विवेकशील है। इन शब्दों से ही मनुष्य की प्रगति का सरलतापूर्वक अंदाज लगाया जा सकता है।

श्रेयार्थी को पुराने अनिष्टकारी संस्कार नष्ट करके शिष्ट संस्कार ग्रहण करने चाहिए। यह प्रयत्न शुष्क व नीरस न हो। इसमें अरुचि का भाव न आए, इसके लिए धैर्य, दृढ़ता और विकार के अंतर को समझना, सांसारिक कामनाओं और आत्मा की स्वाभाविकता आकांक्षा के बीच जो एक पर्दा पड़ा होता है, उसे सदैव ध्यान में बनाए रखना चाहिए। क्रोध और तेजस्विता, दीनता और नम्रता, दुर्बलता और क्षमा, साहस और भीरुता, दम्भ और आत्मविश्वास के मध्य

**जीवन में दोष-दुर्गुणों को खोजना, उनका निवारण करना, अपने जीवन में सत्प्रवृत्तियों को प्रोत्साहन-प्रश्रय देना और फिर जीवन यापन करना ही श्रेष्ठ जीवन जीने की कला है। जो इस स्थिति को प्राप्त कर लेते हैं, उनका जीवन सार्थक कहा जायेगा। ऐसे लोग अन्त में महानता की महान् विभूति से गौरवान्वित होते और श्रेय का असीम, अनन्त-आनन्द सुख प्राप्त करते हैं। भौतिकता की चकाचौंध उन्हें तनिक भी प्रभावित नहीं करती।**

जो अन्तर है, उसे प्रत्येक क्षण विचारते रहने से ही सहज वृत्तियों की समुन्नति होती है। मानवीय विकास का क्रम यही है कि मनुष्य निरंतर सत् और असत् के मध्य मौलिक भेदभाव बनाए रहे।

भावनात्मक परिष्कार के लिए केवल अपने विचार-जगत में निरीक्षण की प्रवृत्ति रखना ही यथेष्ट नहीं है, अपने खान-पान, वस्त्र, आवास, पास-पड़ोस के जीवन पर भी गंभीरतापूर्वक विचार करते रहना होगा। व्यक्ति की भलाई का क्षेत्र उसके मन, वाणी और शरीर तक ही सीमित नहीं है, उसका सामाजिक पहलू भी उतना ही महत्वपूर्ण है, अतः इधर से भी पूर्ण विवेक का पालन करना पड़ेगा। आरोग्य, मितव्ययता, निरासक्ता के साथ ही सामाजिक सम्बन्ध, विनयशीलता, भद्रता

व सौमनस्यता भी अतीव आवश्यक है।

मानसिक, भावनात्मक व सांसारिक जीवन की न्यायपूर्ण समीक्षा ही विवेक की स्थिति है। यदि हम इस दिशा में निष्क्रिय, निश्चेष्ट व निष्प्राण बने रहें, तो हमारे जीवन का परम लक्ष्य एक गोपनीय विषय ही बना रह जायेगा। लोग कभी सांसारिक कामनाओं से हटकर आध्यात्मिक जीवन की ओर झांककर देखना भी नहीं चाहेंगे। इसलिए अन्य भूमिकाओं के साथ विवेक की साधना भी सतत् चलती रहनी चाहिए, ताकि हमारे जीवन का एक आवश्यक महत्वपूर्ण आध्यात्मिक पहलू आँखों से ओझल न होने पाए। यह भाग प्रकाशित ही न बना रहे, इसके लिए विवेक की ज्योति प्रत्येक मनुष्य के जीवन में जगमगाती ही रहनी चाहिए। हमारा आशय इतना शुद्ध व पवित्र होना चाहिए कि प्रत्येक भावना का सूक्ष्मतर प्रत्युत्तर वह दे सके।

मानव जीवन जीने के दो पहलू होते हैं। सत् अर्थात् निर्माण का क्षेत्र, असत् अर्थात् निषेधात्मक पहलू। किसी निश्चित पथ पर सरलतापूर्वक आगे बढ़ने का यही उपाय है कि अपने मार्ग की बाधाओं को दूर करते हुए अपना जीवन जीएं। जीवन में दोष-दुर्गुणों को खोजना, उनका निवारण करना, अपने जीवन में सत्प्रवृत्तियों को प्रोत्साहन-प्रश्रय देना और फिर जीवन यापन करना ही श्रेष्ठ जीवन जीने की कला है। जो इस स्थिति को प्राप्त कर लेते हैं, उनका जीवन सार्थक कहा जायेगा। ऐसे लोग अन्त में महानता की महान् विभूति से गौरवान्वित होते और श्रेय का असीम, अनन्त-आनन्द सुख प्राप्त करते हैं। भौतिकता की चकाचौंध उन्हें तनिक भी प्रभावित नहीं करती।

86/323, देवनगर,  
कानपुर 208003 (उ.प्र.)

# पानी रे पानी

प्रो. योगेश चन्द्र शर्मा

उस दिन बाबू रामस्वरूप सुबह-सुबह ही बड़े परेशान-से मेरे पास आ धमके और बोले 'आपकी टंकी में कुछ पानी बचा होगा ना'।

मैंने सकपकाते हुए उत्तर दिया 'हाँ, पानी तो है, लेकिन मैंने अभी स्नान नहीं किया है। बस स्नान करने जितना ही पानी है।'

वे निश्चिन्त होते हुए बोले 'तब कोई चिन्ता नहीं। आप तो बाल्टी में पानी भरकर स्नान करते हैं। इसलिए आप को तो अधिक पानी की आवश्यकता ही नहीं है। अतः मेरा भी काम चल जायेगा।'

बाबू रामस्वरूप की इस बात पर मैंने प्रश्नवाचक दृष्टि से उनकी तरफ देखा तो वे बोले 'आज मुझे उठने में देरी हो गयी। अतः मेरी पत्नी को मौका मिल गया और मुझसे पहले स्नान-घर में घुस गयी। अब आप तो जानते ही हैं कि वह बाल्टी में पानी भरकर तो स्नान करती नहीं। सीधे नल के नीचे उस समय तक बैठी रहती है, जब तक टंकी का पानी खत्म न हो जाए। इसलिए आज मेरे नहाने के लिए पानी ही नहीं बचा।'

'तब आप अपनी पत्नी को समझाते क्यों नहीं? उनसे कहो कि इस समय हर कहीं पानी की कमी है। धरती के अंदर से पानी खत्म होता जा रहा है।'

'खूब समझाता हूँ। कुछ कम पढ़ी-लिखी है। फिर भी समझ तो जाती है, लेकिन सिर्फ सिद्धांत में। जब व्यवहार में वह पानी को काम में लेती है तो सब कुछ भूल जाती है और पानी को व्यर्थ नष्ट करना शुरू कर देती है। ठीक हमारी सरकार की जैसी स्थिति है उसकी।'

'सरकार की जैसी स्थिति?' मैंने आश्चर्य व्यक्त करते हुए पूछा 'तुम कहना क्या चाहते हो रामस्वरूप?'

'बहुत सीधी-सी बात है साहब! हमारी सरकार भी खूब जोर-शोर से पानी को बचाने का प्रचार कर रही है। 'जल है तो

कल है' का नारा देकर लोगों को पानी बचाने के लिए बड़े पैमाने पर प्रवचन कर रही है। इसके विज्ञापन पर भी करोड़ों रुपये व्यय किये जा रहे हैं। फिर भी हो क्या रहा है? सरकारी आवासों में और मंत्रियों के बंगलों में बड़े-बड़े लॉन लगे हुए हैं, जिनमें बड़ी उदारता के साथ वही पेय जल उड़ेलता जा रहा है, जिसे वह अपने भाषणों में 'अमृत' कहती है। कार और बंगलों को धोने में भी काफ़ी पानी खर्च कर दिया जाता है। शहरों के सौंदर्यीकरण के नाम पर बड़ी संख्या में फव्वारे लगाये जा रहे हैं। अब तो जलधारा भी शुरू कर दी गई है। कहते हैं कि उसमें लोग अपने पैर डालकर आराम से बैठकर बातचीत कर सकेंगे। राजनेताओं और बड़े अधिकारियों के फॉर्म-हाउसों पर बेइन्तहा पानी खर्च किया जा रहा है। रोज नये ट्यूबवैल खोदकर धरती के पानी को खत्म किया जा रहा है। नये-नये हैंडपम्प तैयार किये जा रहे हैं और पुराने सूखते जा रहे हैं। अनेक तरणताल बनाये जा रहे हैं। होटलों में बड़ी मात्रा में पानी नष्ट किया जा रहा है। कोल्ड ड्रिंक बनाने वाली कम्पनियां तो पानी को इस तरह नष्ट कर रही हैं, जैसे वह व्यर्थ की चीज़ हो। अन्य उद्योग धंधों के लिए भी सरकार बड़ी उदारता से पानी की व्यवस्था कर रही है। सरकार के कार्यों को देखकर तो लगता है कि पानी की कहीं कोई कमी नहीं है। बस, पानी की कमी है तो केवल आम जनता के लिए।'

बाबू रामस्वरूप को मैं अभी तक केवल एक आम आदमी समझता था। आज उनकी समझ को देखकर मैं आश्चर्यचकित रह गया। अंदर ही अंदर यह सोचकर मन को अच्छा भी लगा कि अब हमारा आम आदमी भी समझदार होने लगा है। फिर भी उनकी गहरायी को और नापने की दृष्टि से मैंने उससे कहा 'मगर बाबू रामस्वरूप, देश की प्रगति के लिए उद्योग धंधों तो लगाने ही

पढ़ेंगे और तब उनके लिए पानी भी चाहिए। इसी तरह जनता के मनोरंजन के लिए फव्वारे और जलधारा जैसी चीज़ें भी आवश्यक हैं। मनोरंजन के विविध साधनों के बिना तो जन जीवन उदासीन होने लगेगा।'

मुझसे सहमत होते हुए बाबू रामस्वरूप ने कहा 'आप सही कहते हैं। लेकिन उसके लिए धरती में पानी के पुनर्भरण की पर्याप्त व्यवस्था क्यों नहीं की जाती? पिछले अनेक वर्षों से बरसात में पानी के पुनर्भरण की बात कही जा रही है, लेकिन अभी तक इसके लिए कोई ठोस व्यवस्था नहीं हो पायी। प्रकृति तो हर वर्ष बरसात में बहुत बड़ी मात्रा में पानी का दान करती है। करोड़ों अरबों लीटर में वह पानी यूँ ही सड़कों पर बहता हुआ गंदे नालों में मिलकर नष्ट हो जाता है। अनेक स्थानों पर बाढ़ के रूप में वह हमारे लिए परेशानी भी पैदा करता है। उसके पुनर्भरण के बारे में सरकार क्यों नहीं गंभीरता से विचार करती? हमारी नीति यह होनी चाहिए कि बरसात का एक बूंद पानी भी व्यर्थ नहीं जाए और उसके बाद भी उसकी एक-एक बूंद को हम बड़ी कंजूसी से काम में लें। इससे अकाल और बाढ़ दोनों की समस्याएं भी हल हो जाएंगी। इससे कुछ लोगों की जेब पर भले ही असर पड़े, लेकिन देश और देश की जनता को तो लाभ ही होगा। गंदे पानी का भी पुनर्शाोधन कर उसे हमें अपने खेतों, वृक्षों और पार्कों में काम में लेना चाहिए।'

बाबू रामस्वरूप कुछ सोच-विचार करते हुए बाथरूम में चले गये और मैं स्नान की तैयारी करने लगा। बाथरूम से, बाल्टी में पानी भरने की आवाज आने लगी और थोड़ी देर बाद ही स्नान करके बाबू रामस्वरूप बाथरूम से निकल आये। उनके जाने के बाद मैं बाथरूम में घुसा और बाल्टी भरने की कोशिश की तो वह आधी ही भर पायी। आज सुबह नल थोड़ी देर ही आया था। अतः मैं क्या करता और इसमें बाबू रामस्वरूप भी क्या करते? स्नान करने का विचार छोड़कर किसी तरह हाथ मुँह धोकर बाहर निकला और अपने दैनिक कार्यों में लग गया।

10/611, मानसरोवर,  
जयपुर 302020 (राज.)

# बढ़ते अपराध - कारण और निवारण

## शिवचरण मंत्री

स्वतंत्रता पश्चात देश में अपराध प्रवृत्ति बहुत तेजी से बढ़ी है। अपराधों की रोकथाम के लिए जैसे-जैसे नए-नए कानून बने वैसे-वैसे अपराधों में वृद्धि के साथ-साथ अपराधकारिता, अपराध करने के तौर-तरीकों में परिवर्तन आया है। अपराध वृद्धि के कई कारण हैं जिनमें प्रमुख कारण है

- स्वतंत्रता प्राप्ति पश्चात् हमारे नैतिक मूल्यों का हास।
- शहरों की जनसंख्या में तेजी से वृद्धि।
- कानूनी प्रक्रिया।
- पुलिस की कमी।

देश को स्वतंत्रता प्राप्ति पश्चात् नैतिक मूल्यों का हास : स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात् हमारे नैतिक मूल्यों का हास हुआ है। जिससे देश भोगवादिता की ओर बढ़ता जा रहा है। हमारे शासक-प्रशासक भी भोगवादी होते जा रहे हैं। यथा राजा तथा प्रजा की तरह आज का हर सामान्य व्यक्ति ऐशोआराम से जीना चाहता है और इस प्रकार के जीवन जीने को द्रव्य की आवश्यकता होती है। अतः इसकी प्राप्ति के लिए अनैतिक आचरण यथा चोरी, धोखाधड़ी, लूट, ठगी, मिलावट करना इत्यादि कई अनैतिक आचरणों का सहारा लिया जा रहा है। सदाचरण, ईमानदारी, कर्तव्य-परायणता, देशप्रेम, आपसी सद्ब्यवहार इत्यादि नैतिक शब्दों का प्रयोग तथा उपदेश देना, सीख देना, भाषण देना आदि अवसरों के लिए उपयुक्त माने जाए। भावी पीढ़ी जीवन जीने को अधिक पसंद करती है। आज के भोग को, आनन्द को सर्वोपरि मानने वाली पीढ़ी को नैतिक मूल्यों से भला क्या लेना-देना। इस प्रकार हमारे समाज में ऊपर के स्तर पर नैतिक मूल्यों का पतन सामान्यतः नीचे के स्तर पर अपेक्षाकृत कम है। नीचे के स्तर का व्यक्ति अनैतिक कार्यों में धनवान व्यक्ति की अपेक्षा अधिक संकोच करता है। अपराध भी सामान्यतया धनवानों के

परोक्ष रूप से प्रोत्साहन होते हैं। संक्षेप में स्वतंत्रता के बाद नैतिक मूल्यों का हास अधिक होने से देश में अपराध बढ़े हैं।

स्वतंत्रता पश्चात गांव जहाँ खाली होने लगे हैं वहीं शहरों की जनसंख्या बढ़ती जा रही है। शहरों की जनसंख्या बढ़ने व गांवों से पलायन के कई कारणों में प्रमुख हैं वर्तमान शिक्षा पद्धति, वर्षा की कमी, रोजगार का अभाव, जीवनयापन की सुख-सुविधाओं का अभाव, कल-कारखाने आदि। शहर में मानवीय सम्बन्ध सामान्यतया मात्र शाब्दिक दिखावा होता है। परस्पर एक-दूसरे की लाज-शर्म शून्य या दिखावा होती है। शहर में पड़ोसी पड़ोसी को मात्र चेहरे से जानते हैं, आंतरिक रूप से नहीं जानते। ऐसी स्थिति गांवों की अपेक्षा शहरों में चोरी, धोखाधड़ी, हत्या, लूट आदि अपराध अधिक होते हैं। शहरों में अपराध करके गायब होने की, अपराध के साक्ष्य मिटाने के साथ-साथ व्यक्तिगत रूप से पहचान करना मुश्किल होता है। इसका यह अभिप्राय नहीं कि गांवों में अपराध बढ़े ही नहीं हैं। चुनावी रंजिश, जमीन-विषयक झगड़ों के साथ-साथ बलात्कार आदि के अपराधों में वृद्धि हुई है। पर शहरों में जहाँ अपराधी पुलिस की पकड़ से दूर रहता है, वहीं गांवों में अपराधी सरलता से पकड़ में आ जाता है। आज शहरों में लूट, धोखाधड़ी, जालसाजी आदि प्रकार के अपराध बहुत बढ़े हैं और बढ़ेंगे।

देश में न्यायिक प्रक्रिया आज भी अंग्रेजी राज की है। न्याय प्रक्रिया चींटी की चाल से चलती है। दादा द्वारा दायर मुकदमे का निर्णय पोता सुनता है। अपराधी को सजा बहुत देर से या कभी-कभी अपराधी को उसके अपराध से अधिक जेल में रहना पड़ता है। न्यायिक प्रक्रिया में देरी के प्रमुख कारणों में न्यायलयों की

संख्या में बेतहाशा कमी, जनसंख्या के साथ अपराधों की संख्या में वृद्धि, न्यायालयों में कर्मचारियों की कमी तथा जटिल न्याय प्रक्रिया आदि के साथ-साथ भ्रष्टाचार, रिश्वतखोरी का भी बोलबाला है। सरकार ने अदालतों की संख्या में वृद्धि के साथ ग्रामीण न्यायालयों के प्रारंभ की घोषणा तो की है, इसमें सुधार की अपेक्षा है, पर ग्रामीण न्यायालयों के साथ-साथ न्याय समय पर होना चाहिए। न्यायायिक प्रक्रिया सरल हो और दोषी को जल्द से जल्द सजा मिलने से लोगों में भय रहेगा और अपराध कम होंगे। ग्रामीण अदालतों व अन्य अदालती प्रक्रिया में सुधार करना आवश्यक है।

अपराध वृद्धि का एक कारण है पुलिसकर्मियों की कमी। देश की बढ़ती संख्या के साथ-साथ पुलिसकर्मियों की अनुपातिक संख्या कम है। पुलिस में विशेष रूप से अधिकारियों की संख्या तो जनसंख्या के अनुपात में पहले से बढ़ी है पर पुलिसकर्मियों की संख्या कम है। परिणामतः अपराध स्थल से अपराधी भाग जाता है, साक्ष्य नष्ट हो जाते हैं या कर दिए जाते हैं और पुलिस को अपराध के साक्ष्य जुटाने में बड़ी कठिनाई होती है। पुलिस में व्याप्त भ्रष्टाचार से हर नागरिक परिचित हैं। अतः पुलिस में सिपाही स्तर के पदों की संख्या बढ़ाने के साथ-साथ उनकी कार्यकुशलता बढ़ाने हेतु समय-समय पर प्रशिक्षण देकर कार्यकुशलता बढ़ाई जाये और नए आधुनिक हथियार दिये जाएं। सामान्य व्यक्ति को पुलिसिया और पुलिस कर्मियों को सामान्य व्यक्ति बनाया जाये। इसका अभिप्राय यह है कि सामान्य व्यक्ति जागरूक होकर अपराधी को अपराध न करने दे, वहीं पुलिस सामान्य व्यक्ति-सा व्यवहार कर अपना कर्तव्य निभाए। यदि सामान्य व्यक्ति पुलिस का काम करे और पुलिस सामान्य व्यक्ति-सा व्यवहार करे तो निश्चित तौर पर अपराध कम होंगे।

श्रीनगर (अजमेर) राजस्थान



# खिंची खाल और खून से शोभित पाँव

स्वामी वाहिद काजमी

इस देश के धनाढ्य और नव-धनाढ्य वर्ग के सपूत हर चीज़ ब्रांडेड या डिज़ाइनर ही उपयोग करना अपनी शान समझते हैं, फिर वे चाहे कितनी ही महंगी क्यों न हो। सिर से लेकर पैर तक हर चीज़ ब्रांडेड होनी चाहिए। एडीडास, रिबॉक, नाइक आदि कम्पनियों के नाम आपने सुने ही हैं। मैं यहाँ पैरों की शोभा उर्फ महंगे जूतों (पुरानी भाषा में कहुँ तो पद-त्राण) को बनाने में अपनायी जाती नृशंसता की चर्चा करना चाहता हूँ। आजकल बाज़ार में चमड़े के जूते भी बाबा के मोल इस अर्थ में मिलते हैं कि उनकी एक जोड़ी की कीमत ही हज़ारों रुपए होती है। इतने महंगे जूतों की सबसे अधिक खपत अमेरिका के आम परिवारों के अलावा इस देश के चंद रईसों में भी (उन्हीं विदेशियों के अंधानुकरण से) प्रचलन पाती जा रही है। उन्हें इससे क्या, और पता ही क्या, कि वे जूते नहीं पहने! एक नितांत मासूम पशु की हत्या से खींची गई खाल और खून से अपने पैरों

की शोभा बढ़ा रहे हैं। आप हैरान न हों। पूरी बात बताता हूँ!

अमेरिका की सबसे बड़ी व प्रसिद्ध कम्पनी का बनाया जूता जब भी आप देखें तो यह न समझें कि यह उसने बनाया है। कतई नहीं! उस कम्पनी ने तो एक बिल्कुल अनपहचानी-अनदेखी कम्पनी से करार किया जो दक्षिणी कोरिया में है। कोरिया वाली कम्पनी भी जूते की वास्तविक निर्माता नहीं है। वह इसे इंडोनेशिया में ज़कार्ता स्थित एक और गुमनाम कम्पनी से बनवाती है। उस कम्पनी का व्यावसायिक नाम है तांगरेंग। सारा कार्य यहाँ भी नहीं होता। यह कम्पनी जूतों के उच्च तकनीकी डिज़ाइन अपने कम्प्यूटरों द्वारा ताइवान की एक और गुमनाम कम्पनी को भेजती है। अभी जूता तैयार नहीं हुआ, आगे की यात्रा में जूते के तीन प्रमुख अंगों (तला, सुकतला और ऊपर का पूरा भाग जिसमें पैर रखा जाता है) व उनके बीस अन्य हिस्सों की तैयारी के बाद जूता तैयार होता है।

जूते बनाने की मुख्य चीज़ है चमड़ा यानी चर्म उर्फ खाल। उन महंगे जूतों में केवल गायों का चमड़ा ही प्रयोग किया जाता है। उन गायों को इसी काम (व्यवसाय) के लिए विशेष रूप से अमेरिका के टैक्सास स्थित लंबे चौड़े विशाल फ़ार्मों में पाला जाता है। उन गायों की संख्या इतनी अधिक होती है कि उन्हें मारने के लिए बड़ी-बड़ी हत्यारी मशीनों का प्रयोग किया जाता है, जो वहाँ के क़त्लखानों में घरघराती हैं। मशीनों द्वारा ही उन मृत गायों की बड़ी बारीकी से खाल उतारी जाती है। खाल उतारते समय यानी उस चमड़े की नर्मी बनाए रखने के लिए, न जाने कितनी रासायनिक क्रियाओं से गुज़ारा जाता है। फिर उसे नमक मिले पानी से उपचारित किया जाता है। इस पूरी प्रक्रिया में चमड़े का एक टुकड़ा लगभग 750 किस्म के रसायनों से गुज़रता है।

अब इन तैयार खालों (चमड़े) को बड़ी-बड़ी मालगाड़ियों में भरकर अमेरिका के नामी नगर लॉस एंजिल्स भेजा जाता है। इस शोधित चमड़े का आगे का सफ़र जल-मार्ग से होता है। पानी के विशाल जल-पोतों में गायों की खाल के ये शोधित बड़े-बड़े गट्ठर दक्षिण कोरिया के पुसान नामक शहर में भेजे जाते हैं। यहाँ उनकी और बेहतर सफ़ाई बड़ी सावधानी से की जाती है। रंगाई-पुताई भी यहीं होती है। इन फैक्ट्रियों में हर चमड़े का टुकड़ा बीस चरणों में पूरी होती बेहद खतरनाक रासायनिक क्रियाओं से गुज़रता है। इस बारीक सफ़ाई से जो गंदगी, बाल, रोएं, कचरा आदि ढेरों निकलता है। उसे फैक्ट्री के पड़ोस में बह रही नागतोंग नदी में बहा दिया





जाता है। अब यह बेहद हल्का, शुद्ध, शोधित चमड़ा हवाई जहाजों (मालवाहक वायुयानों) में लादकर जकार्ता पहुँचाया जाता है। यहाँ मैं इस विस्तार में न जाकर कि जूता बनता कैसे है, इतना ही कहूँगा कि जूता बनाने में एक और तत्व भी प्रयोग होता है जो सऊदी अरब में निकलने वाले पेट्रोल से तैयार होता है। इस प्रकार एक जोड़ी जूता तैयार होता है।

तात्पर्य यह है कि विश्व प्रसिद्ध सभी जूते बनाने वाली कम्पनियाँ, इन जूतों को नहीं बनातीं। जूते की तैयारी में सिर्फ इन्हीं गुमनाम कम्पनियों की ही भूमिका होती है, जिनमें से कुछ का यहाँ जिक्र किया गया है। क्वालिटी या किस्म के लिहाज से किसी जूते में कोई अंतर नहीं होता अंतर बस नामों का होता है। तैयार जूतों पर बस बड़ी-बड़ी कम्पनियाँ अपने ब्रांड नेम की चिपकी चिपका देती हैं। ज़ाहिर है कि जूता निर्माण की यह यात्रा, गायों की हत्यारूपी पहले चरण से लेकर अंत तक एक बेहद क्रूरता पूर्ण कृत्य (व्यवसाय) है। इससे पर्यावरण नष्ट होता है। बनाने वालों का स्वास्थ्य खराब होता है।

अमेरिका की एक और बर्बर हरकत भी है। वहाँ पर्यावरण की सुरक्षा को लेकर बहुत कठोर नियम, नियंत्रण है। तनिक-सी भूल-चूक व असावधानी होने पर हज़ारों, लाखों डालर की राशि का जुर्माना ठोक दिया जाना और उसे सख्ती से वसूलना मामूली बात है। इससे बचने का अमेरिका ने एक तरीका अपना रखा है। यह कि इस व्यवसाय से उत्पन्न सारा कचरा-कूड़ा, कबाड़, गंदगी एशियाई देश के किसी आंगन में फेंक दो! न रहेगा बांस, न बजेगी बांसुरी। ठिकाने लगाने उर्फ़ निपटाने का खर्चा बचेगा और जूते का मूल्य भी बढ़ जाएगा। ऐसा ही किया जाता है।

जूतों की हज़ारों जोड़ियाँ तैयार हो जाने के बाद भी यह क्रूर यात्रा रुकती नहीं है। तैयार जूतों की प्रत्येक जोड़ी को हल्के-फुल्के, साफ-सुधरे, टिशू पेपर में लपेटा जाता है! यह पतला काग़ज एक विशेष प्रकार के पेड़ों से ही बनता है, जो सिर्फ़ सुमात्रा के वर्षा-वनों में उगता, पनपता, बड़ा होता है। हज़ारों पेड़ों की बलि चढ़ती है। पहले तो जूते की जोड़ी पैक करने के लिए ताज़ा गत्ता ही प्रयोग होता था! अब पुराने गत्ते को रिसाइकल कर डब्बा बनने लगा है।

यह है विश्वप्रसिद्ध स्तर के हल्के-फुल्के जूते बनाने की क्रूर तैयारी। मतलब वही कि इस प्रकार तैयार जूते क्या माने, गायों की हत्या कर खींची खाल और खून से रंगे पैर शोभा पाते हैं। किसी भी प्रकार के चमड़े के जूते न पहनने का कारण अब भी समझ में आया कि नहीं? जूता चमड़े का किसी पशु की खाल से ही तो बनेगा।

10 राज होटल, पुल चमेली,  
अम्बाला छावनी 133001 (हरियाणा)



## राष्ट्र विन्तन

◆ अब विद्युत परियोजनाओं के निर्माण से प्रभावित गाँवों को अंधेरे से नहीं जूझना होगा। विद्युत उत्पादन से जुड़ी सार्वजनिक क्षेत्र की कम्पनियों के लिए यह जरूरी होगा कि वे अपने प्लांट के आसपास के पांच किलोमीटर के दायरे में बसे गाँवों का विद्युतीकरण करेंगे। इन गाँवों में गरीबी रेखा से नीचे रहने वाले लोगों को निःशुल्क बिजली वितरित की जायेगी। बिजली उत्पादन क्षमता बढ़ाने में राज्यों की भूमिका महत्वपूर्ण होगी। कानून व्यवस्था, भूमि अधिग्रहण, पुनर्वास तथा वन और पर्यावरण संबंधी मंजूरी उनके सहयोग के बिना संभव नहीं है। समय पर परियोजनाओं का काम पूरा करने तथा उत्पादन लक्ष्य हासिल करने के लिए यह बहुत जरूरी है।

सुशील कुमार शिंदे, केन्द्रीय ऊर्जा मंत्री

◆ पर्यावरण विवादों के जल्द निपटारे हेतु राष्ट्रीय हरित न्यायाधिकरण से जहाँ विभिन्न अदालतों में पर्यावरण से संबंधित 5600 लंबित मामलों का निपटारा होगा। वहीं, प्रदूषित पर्यावरण से बीमारी, मृत्यु होने या व्यवसाय या संपत्ति को क्षति होने पर कोई भी व्यक्ति मुआवजे का दावा कर सकेगा। न्यायाधिकरण की अगुवाई उच्चतम न्यायालय के सेवानिवृत्त न्यायाधीश करेंगे। पर्यावरण से क्षति होने की स्थिति में अब आम आदमी को भी मुआवजे पाने का हक मिलेगा। न्यायाधिकरण पीड़ित को समुचित राहत और मुआवजा प्रदान कर सकेगा। मृत्यु, विकलांगता, संपत्ति को नुकसान, व्यवसाय, पर्यावरण संबंधी हादसे के कारण जानमाल के नुकसान के एवज में फास्ट ट्रैक प्रणाली के तहत मुआवजे का दावा किया जा सकता है। इससे भारत दुनिया के उन चुनिंदा देशों में शामिल हो जाएगा जहाँ पर्यावरण न्यायाधिकरणों की स्थापना की गयी है। न्यायाधिकरण के आदेश की अवहेलना करने पर आरोपी को दस करोड़ रुपये का जुर्माना या तीन साल की सजा या दोनों एक साथ होंगी। इसके बाद भी आदेश की अवहेलना की जाएगी तो दोष साबित होने की तारीख से 25 हजार रुपये प्रतिदिन की दर से जुर्माना किया जाएगा।

जयराम रमेश, पर्यावरण मंत्री

◆ वरिष्ठ अधिवक्ताओं और जजों के बेटे ही जज बनते हैं, जबकि आम वकील न्यायपालिका में नहीं आ पाते, यह चिंता का विषय है। यह चिंता की बात है कि न्यायपालिका में प्रतिभावान छात्र नहीं आ रहे हैं। हो यह रहा है कि जज वही बन रहे हैं जिनके पिता वरिष्ठ अधिवक्ता हैं या पहले से जज हैं। इस समस्या को दूर करने के लिए राष्ट्रीय डाटा बैंक बनाया जा रहा है। ताकि प्रतिभावान छात्रों और वकीलों की पहचान कर उन्हें जजशिप में लाया जाए।

एम. वीरप्पा मोइली, कानून मंत्री

# दार्जिलिंग-सिलीगुड़ी यात्रा

डॉ. महेन्द्र कर्णावट

हिमालय की वादियों, बर्फीली हवाओं एवं पहाड़ी जनजीवन का दर्शन कर 27 फरवरी को पुनः सिलीगुड़ी पहुँच स्थानीय कार्यकर्ताओं से सम्पर्क का क्रम प्रारंभ हुआ। स्थानीय पदाधिकारी मदन मालू, हनुमानमल मालू के साथ पहले पहुँचे सरदारशहर निवासी निःस्पृह कार्यकर्ता जयसिंह कुंडलिया के व्यापारिक संस्थान। कुंडलियाजी पूर्व परिचित है। अणुव्रत गति-अवगति पर चर्चा के उपरांत जयसिंहजी ने स्वयं को अणुव्रत योगक्षेमी योजना से संलग्न करते हुए सिलीगुड़ी में अणुव्रत का कार्य व्यापक स्तर पर हो और इस हेतु युवा कार्यकर्ता शक्ति भी निखरें इस बिन्दु पर बल दिया। जन सम्पर्क के इस क्रम में भीड़भरी सड़कों को पाटते हुए हम दो-तीन स्थानों पर पहुँचे पर होली त्यौहार होने से सम्पर्क नहीं हो पाया। महिला मंडल की कार्यकर्ताओं से भी उनके आवास पर भेंट की और अणुव्रत के प्रचार-प्रसार में महिला मंडल की भूमिका क्या रहे इस पर चर्चा की। सम्पत् सामसुखा सिलीगुड़ी की सड़कों एवं जन जीवन से परिचित है। इनके सहपाठी जनपथ समाचार के संपादक राजेन्द्र बैद से उनके पाँच सितारा होटल में मुलाकात हुई। यहाँ से सीधे अणुव्रत के आधार स्तंभ रहे प्रतापसिंहजी बैद का आशीर्वाद लेने उनके आवास स्थल श्रीलाल मार्केट पहुँचे। प्रतापसिंहजी बैद हमें पुत्रवत स्नेह देते रहे हैं। उनकी कर्मभूमि सिलीगुड़ी में उनके दर्शनों की उत्कंठ अभिलाषा यात्रा के प्रारंभ से ही थी। 88-90 वर्ष की अवस्था वाले अणुव्रत के कर्मयोगी को देखते ही हमारे हाथ उनके चरणों की तरफ बढ़े। बाबूजी ने बड़े स्नेह से हमें गले लगाया और बोले मुझे दो दिन पहले ही पता चला बेटा महेन्द्र और निर्मल आ रहे हैं। तुम लोग अणुव्रत के काम को आगे बढ़ा रहे हो यह मेरे लिए प्रसन्नता की बात है। भाई मोतीलालजी और देवेन्द्र ने तो पूरा जीवन ही अणुव्रत के लिए खपा दिया। बाबूजी इतिहास में गहरे उतरते जा रहे थे

कि मैं बोला बाबूजी खाने की इच्छा हो रही है। निर्मल को इडली की याद आ रही है। पहले कुछ खायें फिर आपसे इतिहास के प्रसंग सुनें। मेरी बात को सुन बाबूजी बोले बहू! कुछ खाने को लाओ। हास-परिहास और अल्पाहार के साथ अणुव्रत के इतिहास को हमने जानने-समझने का प्रयास किया। प्रतापसिंहजी बैद से हमने अणुव्रत महासमिति को अर्थ सहयोग करने का निवेदन किया तो बाबूजी ने यह कह कर टाल दिया कुछ रचनात्मक काम करो! रचनात्मक कार्य छात्रावास, स्कूल, अस्पताल के लिए मैं रुपया दूंगा केवल पर्चे छापने के लिये नहीं। अणुव्रत के आधार स्तंभ रहे बैदजी से यह सुन मेरे मन ने प्रश्न किया मनुष्य को बदलने का जो काम अणुव्रत आंदोलन के माध्यम से हो रहा है क्या वह रचनात्मकता लिये नहीं है? अणुव्रत के प्रारंभिक दिनों में बैदजी स्वयं अणुव्रत पाक्षिक के ग्राहक बना कर अर्थ संकलन करते थे इस सच्चाई को भुला बैठे हैं क्या? बैदजी की नकारात्मकता ने हमें कई प्रश्नों में उलझा दिया और उन्हीं प्रश्नों के इर्द-गिर्द पूरी रात घूमते रहे।

रात्रि में सभा भवन में तेषुप द्वारा आयोजित होली मिलन का सांस्कृतिक आयोजन था। होली उत्सव में परम्परागत पौशाक पहने महिलाएँ, वृद्ध, युवा एवं बच्चे। सभी के चेहरे होली के विविध रंगों को लिये थे। छोटे-छोटे बच्चे अपने नृत्यों से बड़ों का मन मोह रहे थे तो त्यौहारों पर बजने वाले गीत और चांग हमारी संस्कृति से परिचित करा रहे थे। समणी परमप्रज्ञा एवं समणी प्रेक्षाप्रज्ञा ने भी होली पर्व पर संक्षिप्त संदेश दिया। समणी परमप्रज्ञा के सान्निध्य में रहने का कई बार अवसर मिला है। 1985 में मेवाड़ियापी अमृत कलश पदयात्रा के दौरान सात दिनों तक मैंने इन्हें कार्यकर्ता के रूप में देखा है। फ्लोरिडा प्रवास 2008 में भी

तीन दिन आपके साथ ओरलेन्डो समणी केन्द्र में गुजारे और समाज दर्शन को ले लम्बी चर्चाएँ की। अचानक सिलीगुड़ी में आपको देख मन प्रफुल्लित हो उठा तो पुरानी यादें भी ताजा हो चली। मुँह पर मुखपट्टिका होने से समणी प्रेक्षाप्रज्ञा को पहचानने में चूक हो गई। मुझे मेरी स्मरण शक्ति पर क्रोध भी आया कि मैं अपने ही राजनगर की समणीजी को नहीं पहचान पाया। समणी प्रेक्षाप्रज्ञा की वक्तव्य कला में भी निखार आ रहा है और विश्वास है आने वाले समय में वे प्रखर प्रवक्ता के रूप में उभरेगी।

होली उत्सव के साथ कई युवा चेहरों से परिचय हुआ। युवा दोस्तों के साथ खाना, सिलीगुड़ी इतिहास से संबंधित सी.डी. का लोकार्पण और परम्परागत गीतों का आनंद। सिलीगुड़ी होली उत्सव को देखते समय मेवाड़ की परम्परागत होली के दृश्य बार-बार मानस पटल पर उभरे और अणुव्रत महासमिति के उपाध्यक्ष जी. एल. नाहर की बहुत याद आई। इस यात्रा में नाहर सा. हमारे साथ नहीं थे। उनकी अनुपस्थिति में कुछ खालीपन सा लग रहा था पूरी यात्रा में।

होली उत्सव की रंगीन यादों के बीच 28 फरवरी 2010 का सूर्य उदित हुआ। समय पर तैयार हो अणुव्रत गोष्ठी में भाग लेने के लिए ठीक समय पर सभा भवन पहुँच समणी परमप्रज्ञा के दर्शन किये। समणीजी ने कहाँ महेन्द्रजी! आज आपको ही ज्यादा बोलना है। हम तो यहाँ चार-पाँच माह रुकेगी, हम बाद में बोल लेगी। अणुव्रत आपका विषय है इसलिये आप ही का प्रमुख वक्तव्य रहेगा।

समणी परमप्रज्ञा के सान्निध्य में 62वें अणुव्रत स्थापना दिवस पर 'संस्कारों की धुरी है अणुव्रत' विषयक अणुव्रत संगोष्ठी का आयोजन 28 फरवरी की प्रातः वेला में हुआ। दंतचिकित्सक श्यामसुंदर अग्रवाल, पल्लवदास, ओमप्रकाश पांडे, निर्मल एम. रांका, डॉ. बी.एन.पांडेय, सम्पत् सामसुखा

के अलावा समणी परमप्रज्ञा एवं स्थानीय पदाधिकारी मंचासीन थे।

अणुव्रत महासमिति के अध्यक्ष निर्मल एम.रांका ने कहा हमें संख्या नहीं प्रामाणिकता चाहिए। सभी कार्यकर्ता अणुव्रत आचार संहिता को ग्रहण करें एवं दूसरों को भी ग्रहण करायें। अणुव्रत की आत्मा अहिंसा एवं संयम है। अणुव्रत एक संजीवनी है, इसे हर व्यक्ति के हृदय में उतारना होगा।

मुख्य अतिथि डॉ. एस.एस. अग्रवाल ने कहा स्कूल के बच्चों को भी अणुव्रत की शिक्षा जरूरी है। डॉ. बी.एन.पांडेय ने कहा अणुव्रत जीवन की दशा सुधार सकता है। कवि ओमप्रकाश पांडेय, पत्रकार पल्लव दा, डॉ. के.एल.सेठिया ने अपने विचार रखे। राजस्थान प्रादेशिक अणुव्रत समिति के अध्यक्ष सम्पत सामसुखा ने सिलीगुड़ी के कार्यकर्ताओं के प्रयासों की चर्चा करते हुए अणुव्रत के कार्य को व्यापकता प्रदान करने का अनुरोध किया।

पत्रकार पल्लव दा ने बंगाली भाषा में अपनी बात रखते हुए कहा शांतिपूर्ण समाज, व्यसनमुक्त समाज और स्वस्थ समाज आज की पहली आवश्यकता है। समणी प्रेक्षाप्रज्ञा ने 'अणुव्रत आया नूतन स्वर में, ले रूप अहिंसा का प्यारा' गीत का संगान किया। दिनेश लालवाणी ने "अणुव्रत को अपनाएँ जीवन को सफल बनाएँ" कविता का वाचन किया।

अणुव्रत गोष्ठी लम्बी हो चली थी। मेरा नाम अंत में था। मैंने समणी परमप्रज्ञाजी से पूछा क्या करें। उन्होंने कहा आपको तो बोलना ही है। आप पूरी बात रखे। समणीजी के आदेश को स्वीकार कर मैं लगभग बीस मिनट बोला और अणुव्रत की उपयोगिता तथा संस्कार विषय को छुआ।

अणुव्रत संगोष्ठी को संबोधित करते हुए मैंने कहा आज बच्चों का बचपन छिन गया है इसी तरह मां-बाप भी युवकों को बोझ से लगने लगे हैं। बच्चों एवं महिलाओं के साथ हम क्रूर व्यवहार कर रहे हैं तो पुरानी पीढ़ी और युवा पीढ़ी के बीच संवादहीनता का दौर चल रहा है जिससे परिवार टूट रहे हैं और घरेलू हिंसा का प्रतिशत बढ़ रहा है। आचार्य तुलसी ने 62 वर्ष पहले अणुव्रत क्रांति का

सूत्रपात किया, जो आज भी सम सामयिक है एवं हमें इस आंदोलन को जन-जन तक पहुँचाना है। लेकिन सबसे पहले स्वयं को इसे अपनाना होगा। अणुव्रत ही एकमात्र दर्शन है, जो समाज को बदल सकता है। अणुव्रत न कोई धर्म है और न ही कोई सम्प्रदाय, यह तो जीवन शैली है।

समणी परमप्रज्ञा ने कहा आचार्य तुलसी ने अणुव्रत के रूप में हमें अमृत प्रदान किया है। यह अमृत जितना बाँटेंगे, उतना ही बढ़ेगा। अणुव्रत से जीवन में व्यापक बदलाव लाया जा सकता है। अणुव्रत के छोटे-छोटे संकल्प जीवन की दिशा बदल सकते हैं। अणुव्रत के ग्यारह नियमों में ही विश्व की तमाम समस्याओं का समाधान निहित है। स्वागत भाषण अणुव्रत समिति के मंत्री सुरेन्द्र घोड़ावत ने किया। धन्यवाद ज्ञापन रतनलाल मालू ने किया। अणुव्रत संगोष्ठी का संयोजन करनसिंह जैन ने किया। अणुव्रत समिति के अध्यक्ष हनुमानमल मालू ने स्थानीय अणुव्रत समिति की गति-प्रगति प्रस्तुत की।

केन्द्रीय अणुव्रत प्रतिनिधि मंडल के स्वागत में तेरापंथी सभा एवं अणुव्रत समिति सिलीगुड़ी ने स्वागत भोज का आयोजन किया। सभाध्यक्ष मदन मालू ने हमारे दो दिवसीय प्रवास के प्रत्येक कार्यक्रम को पहले ही सुनिश्चित कर लिया था। तेरापंथी सभा एवं अणुव्रत समिति के पदाधिकारियों ने जो स्नेह-सत्कार दिया उससे हम सभी अभिभूत हो उठे। मदन एवं हनुमान भाई दोनों ही सरल एवं उदार प्रवृत्ति के युवा अध्यक्ष हैं। समाज आगे बढ़े इसी दिशा में इनका चिन्तन

रहता है। नई पीढ़ी की सामाजिक रुचियाँ और नेतृत्व क्षमता को देख भविष्य के प्रति मैं आशान्वित होता हूँ।

भोज के दौरान ही सुभाष सिंधी से भेंट होती है। गंगाशहर निवासी उत्तमचंद सेठिया की दीदी के सुपुत्र हैं। सुभाष कहते हैं जयपुर से अनिल सेठिया भाई का फोन आया है आपको घर चलना ही है। अत्यंत आग्रह पर घर जा उनके पिताश्री मांगीलालजी सिंधी को प्रणाम करता हूँ। दीदी मेरे से पूर्व परिचित हैं कहती हैं मैं आपसे गंगाशहर में मिल चुकी हूँ। अणुव्रत के लिए एक पृष्ठ के विज्ञापन का अनुरोध करता हूँ जिसे सिंधीजी तत्काल स्वीकार कर लेते हैं।

अपराह में सम्पत सामसुखा ने अपने ससुराल गुलावाडी (नेपाल) की तरफ प्रस्थान किया और हम न्यू जलपाईगुड़ी स्टेशन की ओर बढ़े। अणुव्रत समिति के अध्यक्ष हनुमान भाई जैन, अशोक भाई विदा करने स्टेशन आये। स्टेशन पर हनुमान-अशोक भाई से सामाजिक संदर्भों में लम्बी चर्चाएं हुईं। हनुमान भाई जैन ने कहा मैं शीघ्र ही कुछ विज्ञापन एकत्र दिल्ली भेजूंगा। सिलीगुड़ी की अगली यात्रा अधिक प्रभावी रहेगी, इस यात्रा से तो वातावरण का निर्माण हुआ है। समय पर रेल आई। मैं, डॉ. पांडेय, निर्मल भाई दिल्ली के लिए रवाना हुए। पूर्वोत्तर भारत के यात्रा प्रसंगों को हृदय में समेटे धीरे-धीरे हम पुनः भारत की हृदयस्थली दिल्ली की तरफ बढ़े और पहली मार्च रात्रि को नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पहुँचने के साथ हमारी यात्रा सम्पन्न हुई।

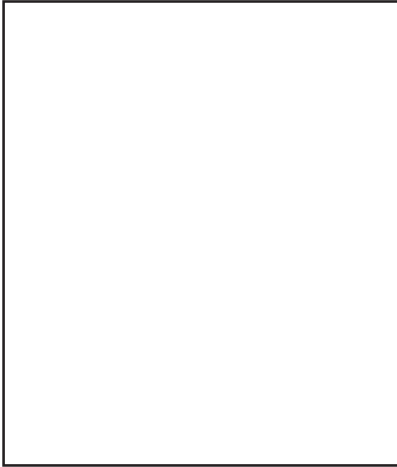
समाप्त



# श्व्वास रोग और प्रेक्षा चिकित्सा :1:

मुनि किशनलाल

श्व्वास हमारे जीवन का आधार है। बिना श्व्वास के एक दिन भी जीवित रहना मुश्किल है। श्व्वास रोग की चर्चा करें उससे पहले श्व्वास क्या है? उसे भी पहचान लें। हम प्रतिक्षण श्व्वास-प्रश्व्वास करते हैं। उसे अनुभव करना तो सरल है किन्तु उसे जानना और उसकी व्याख्या करना कठिन है। जैसे यदि कोई मछली से पूछे सागर क्या है? जिसका जीवन ही सागर (पानी) के साथ जुड़ा हुआ है, वह क्या बताए? उसने एक गोता लगाया और गहरे सागर में चली गई। ऐसे ही हमसे कोई पूछे कि श्व्वास क्या है? साधारण सा उत्तर होगा श्व्वास ही जीवन है।



श्व्वासन तंत्र की संरचना

हम श्व्वास को जानें इससे पहले श्व्वासन-तंत्र को समझ लें तो श्व्वास को समझना सरल हो जाएगा। हम जीवित रहने के लिए प्राणवायु को वायुमण्डल से ग्रहण करते हैं और निःश्व्वास के माध्यम से भीतर की दूषित हवा को बाहर छोड़ते हैं। इस क्रिया को श्व्वास-प्रश्व्वास कहा जाता है। इसमें हमें सहयोग करता है श्व्वासन तंत्र। श्व्वासन

तंत्र के मुख्य अंग है नाक, नासाद्वार और नासागुहा, श्व्वासनली, श्व्वासनी श्व्वासनीका, वायु कोष्ठक।

नाक से प्रवेश करने वाली वायु फेफड़ों के अन्दर (अनेक वायु प्रकोष्ठों) तक जाती है। वायु प्रकोष्ठों में पतली-पतली रक्त कोशिकाएं हैं जिनमें सघन दाब के साथ रक्त प्रवाहित होता रहता है। जिससे वायु प्रकोष्ठों की दीवार के आर-पार ऑक्सीजन, कार्बन डाई ऑक्साइड का आदान-प्रदान होता रहता है।

जब विजातीय द्रव्य, कण श्व्वास नली से होते हुए श्व्वासनियों और श्व्वासनिकाओं तक पहुँचते हैं तब श्व्वासनियों और श्व्वासनिकाओं की दीवार में अनावश्यक उद्दीपन उत्पन्न होता है। इसकी कोशिकाओं में उद्दीपन होने पर ऊपर (मुख) की ओर तरंगित होने लगती है परिणाम स्वरूप श्व्वास, कफ आदि के साथ विजातीय कण, धुआं, एलेर्जिक तत्त्व को बाहर कर दिया जाता है। जब इस प्रकार प्रतिकूल परिस्थितियां अधिक बार होने लगती है तब श्व्वासनियों तथा श्व्वासनिकाओं की पेशियों में सूजन आ जाती है। श्लेष्म का स्राव अत्यधिक होने लगता है जो नलिकाओं में जमा होने लगता है। नलिकाओं की सूखी दीवार कड़ी होने लगती है। परिणाम स्वरूप वायु मार्ग सिकुड़ कर कम हो जाता है और श्व्वास लेने में अत्यधिक कठिनाई होने लगती है। भीतरी सांस का प्रयास कम हो जाता है बाह्य श्व्वास एक साथ बाहर आता है अथवा लम्बा होने लगता है। श्व्वास लेने में कठिनाई होने से व्यक्ति श्व्वास को भीतर खींचने का प्रयास करता है। श्व्वास फूलने लगती है। कई बार बहुत तेजी से श्व्वासन

क्रिया करने पर हृदय पर दबाव पड़ता है, बार-बार खांसने का प्रयास करता है। फिर भी पूरी तरह श्व्वास नहीं आती, न ही श्व्वास बाहर निकलती है। दम फूलने लगता है। श्व्वास लेना और छोड़ना समस्या बन जाती है। इसी समस्या को कहते हैं श्व्वास रोग या दमा (अस्थमा)।

## श्व्वास रोग के प्रकार

श्व्वास की बीमारी के अनेक प्रकार हैं। मुख्य रूप से श्व्वास की बीमारी को तीन भागों में बांटा गया है, जो निम्न प्रकार से है

1. पहली अवस्था में सांस नलियों, श्व्वासनियों और श्व्वासनिकाओं की परत पर सूजन आना।
2. दूसरी अवस्था में इन नलियों की दीवारों तथा मांसपेशियों में ऐंठन और खींचाव रहना।
3. तीसरी अवस्था में इन नलियों के स्राव (श्लेष्म या कफ) में असामान्य वृद्धि होना।

तीनों अवस्थाओं के परिणाम स्वरूप वायु मार्ग अत्यधिक सिकुड़ जाता है। जिससे श्व्वास की गति तेज हो जाती है। छाती में श्व्वास की आवाज आने लगती है और चूंचूंची की आवाज सुनाई देने लगती है।

## श्व्वास रोग के कारण

**1. आनुवांशिक:** श्व्वास रोग आनुवांशिक भी होता है, जो पीढ़ी दर पीढ़ी चलता रहता है। यह जरूरी नहीं कि पिता को अस्थमा है तो पुत्र को भी होगा। यह नियम नहीं फिर भी सामान्यतः ऐसा होता है। अगर शुरू से ही जागरूक रहें तो परिणाम से बच सकते हैं।

**2. एलर्जिक:** दमा के कुल रोगियों में लगभग 75 से 80 प्रतिशत रोगी एलर्जिक दमा से पीड़ित हैं। जब श्व्वास



लेते हैं तो लाखों की संख्या में जीवाणु तथा अन्य विजातीय पदार्थ हमारी नासिका में प्रवेश करते हैं। कई लोगों के शरीर का रोग प्रतिरोधक तंत्र (हाइपरसेन्सिटिव टी सैल) प्रति-विष (एन्टीबॉडी) का निर्माण करने में जुट जाता है। वे एन्टीबॉडी खाली समय में शरीर में स्थित हिस्टामीन नामक रसायनों से भरी मास्टर कोशिकाओं से चिपक जाती हैं। एलर्जन के पुनः आक्रमण करने पर इन्हें नष्ट करने के लिए श्वास नलियों में उभार के रूप में स्थित मास्ट कोशिकाओं से चिपकी एन्टीबॉडी उत्तेजित हो जाती है और मास्ट कोशिका फट जाती है। इसके फटने से हिस्टामीन नामक रसायन मुक्त होकर पतली-संकरी नलिकाओं में भर जाता है। जिससे वहाँ सिकुड़न, जकड़न और ऐंठन पैदा हो जाती है। दमा का दौरा तेज हो जाता है।

विशेष मौसम में खिलने वाले फूल के परागकण, जन्तुओं के रोग, खुशबू पैदा करने वाले सेंट, अगरबत्ती, धुआ, धूलकण, बरसात का मौसम, तम्बाकू एवं पौधों की कटाई के मौसम में उड़ते हुए भूसे-छिलके के कारण उत्पन्न हुई एलर्जी से दमा होने की संभावना रहती है। कुछ लोगों के घोड़े के शरीर से उठने वाली गंध से भी श्वास फूलने लगती है। धूम्रपान, धुआं, पालतू जानवरों से प्रदूषण, पेट्रोल, डीजल, केरोसीन आदि का धूआं, फैक्ट्री का धूआं, रसोई का धूआं आदि के कारण भी एलर्जिक दमा हो सकता है। इसके अतिरिक्त बचपन में हुए श्वास रोग, वाइरस के संक्रमण भी बाद में दमा का रूप ले लेते हैं।

**3. संक्रमणजन्य:** गले में संक्रमण अथवा श्वास मार्ग में विषाणु रोगाणु एवं परजीवियों के प्रवेश के कारण भी दमा हो सकता है। पेट के कीड़ों के कारण भी दमा की शिकायत हो सकती है।

**4. मनोवैज्ञानिक कारण:** (अ) मनोवैज्ञानिक स्तर पर नकारात्मक भावनाएं ईर्ष्या, क्रोध, विद्वेष, घृणा

आदि का प्रतिबंधन या दमन। (ब) अकेलापन, प्रेम पाने की चाह, भावनात्मक अति-संवेदनशीलता, (स) ठुकराये जाने का भय और जीवन के अनेक पहलू।

हमारे श्वसन तंत्र का सम्बन्ध अनैच्छिक पेशियों से है। ये स्वतः फैलती-सिकुड़ती रहती हैं। किसी उद्दीपन के कारण स्वायत्तशापी तंत्रिका तंत्र के अनुकम्पी अनुभाग के न्यूरोन द्वारा उत्तेजक हिस्टामीन के स्राव के कारण भी श्वसन तंत्र की नलिकाओं की दीवारों की पेशियों में अनियमित संकुचन या फैलाव हो जाता है। इससे भी दमा उत्पन्न हो जाता है।

**5. पुरानी खांसीजन्य:** खांसी की शिकायत लम्बे समय तक बनी रहे तो श्वसन-नली की पेशियां दुर्बल और रुग्ण हो जाती है। श्वसनिकाओं में सूजन एवं ऐंठन आ जाती है जो आगे चलकर दमा का रूप ले लेती हैं।

**6. हृदयजनित:** जिन व्यक्तियों के दिल का विशेष रोग जैसे मिट्रल-स्टेनोसिस, हृदय में छेद, हृदय में सूजन तथा उच्च रक्तचाप जैसा रोग होता है, उनमें फेफड़ें भी ठीक ढंग से काम नहीं करते हैं और धीरे-धीरे दमा की शिकायत हो जाती है।

**7. अन्य कारण:** 1. फेफड़ों, हृदय, गुर्दों, आतों, स्नायुमण्डल की दुर्बलता आदि। 2. पुराना जुकाम, नजला आदि।

**क्या है दमा?**

दमा फारसी शब्द है। हिन्दी में इसे श्वास रोग कहते हैं। अंग्रेजी में इसे अस्थमा कहा जाता है।

**दमा रोग के लक्षण**

1. बार-बार खांसी आना,
2. खांसी के साथ कफ आना,
3. श्वास लेने में कठिनाई होना,
4. श्वास में सांय-सांय की आवाज आना,
5. जोर लगाकर श्वास लेना,
6. सीने में जकड़न का अनुभव,
7. छाती के आकार में परिवर्तन होना,
8. लम्बे-लम्बे श्वास खींचना,

9. अधिक पसीना आना,
10. अति बैचेनी होना।

**एलर्जिक दमा के लक्षण**

एलर्जिक दमा में नाक से पानी गिरता है। आँखें लाल हो जाती हैं। पित्ती निकलना, खुजली होना, बुखार हो जाना, अतिशय छींके आना आदि लक्षण उभरते हैं।

**दमा रोग का उपचार**

**आहार विवेक :** आहार विशेषज्ञ कहते हैं कि रोग का आरम्भ होते ही नमक और सफेद चीनी छोड़ देना चाहिए। दूध, फल, सब्जी, गेहू का दलिया या बिना छाने (चोकर युक्त) आटे की रोटी आदि सात्विक आहार लेना, कब्ज नहीं होने देना, उष्णपान के समय केवल गरम पानी में नींबू रस पीने से आराम मिलता है। धूल, धुआं, नमी एवं प्रदूषण से बचना चाहिए।

**प्रेक्षा चिकित्सा**

आचार्य महाप्रज्ञ द्वारा “अमृत पिटक” एवं “तुम स्वस्थ रह सकते हो” नामक पुस्तक में श्वास रोग के उपचार हेतु निम्न आयाम सुझाए गए हैं

**1. आसन:** पश्चिमोत्तानासन, भुजंगासन, मत्स्यासन, हृदयस्तंभासन, नौकासन, सीने की क्रिया, सुप्त वज्रासन, इष्टवंदन, सिंहासन (आवाज के साथ)। (15 मिनट)।

**2. प्राणायाम:** सूर्यभेदी, उज्जाई, अनुलोम-विलोम एवं सूक्ष्म भस्त्रिका। (कुंभक नहीं करें) (15 मिनट)।

**3. प्रेक्षा:** फेफड़ों पर नारंगी रंग का ध्यान। (धूप में 10 मिनट)

**4. अनुप्रेक्षा:** श्वास नली और फुफ्फुस की स्वस्थता का सुझाव ‘मेरी श्वास नली और फेफड़े स्वस्थ हो रहे हैं’ (10 मिनट)।

**5. जप:** ‘ॐ ह्रीं णमो सिद्धाणं अरुण रंग के साथ। (10 मिनट)।

**6. तप:** शीतल पदार्थों का वर्जन।

**7. मुद्रा:** वायु मुद्रा, प्राण मुद्रा, तथा नमस्कार मुद्रा का 5 बार प्रयोग। (20 मिनट)।

**क्रमशः**



प्रत्येक व्यक्ति की आँखों में एक सपना होता है सुंदर, स्वस्थ और सुखी परिवार का। कौन करेगा ऐसे परिवार का निर्माण? कैसे करेगा ऐसे परिवार का निर्माण? जो व्यक्ति स्वयं सुंदर, स्वस्थ और सुखी होगा, वही ऐसे परिवार का निर्माण कर सकता है। जो व्यक्ति स्वयं मन से काला है, व्यवस्था में अकुशल है और असहिष्णु है, वह किसी सुंदर परिवार का निर्माण नहीं कर सकता। जो व्यक्ति स्वयं अस्वस्थ है शरीर और मन की विकृतियों से आक्रांत है, असंतुलित है और उपभोक्तावादी अर्थशास्त्र में उलझा रहता है, उसका परिवार स्वस्थ कैसे हो सकता है? जो व्यक्ति स्वयं दुःखी है, तनावों से भरा रहता है, चिंताओं से घिरा रहता है और संवेगों को संतुलित नहीं रख सकता, उसके कारण परिवार में सुख का स्रोत कैसे बह सकता है?

परिवार व्यक्तित्व निर्माण का महत्वपूर्ण घटक होता है। किसी बच्चे को जन्म के तत्काल बाद अकेला छोड़ दिया जाए तो वह मूक और बधिर हो सकता है। मनोवैज्ञानिक प्रयोगों से यह प्रमाणित हो चुका है कि सामूहिक जीवन में अनायास ही बच्चा बहुत सीख लेता है। वह जो कुछ सीखता है, अच्छा ही हो यह आवश्यक नहीं है। अच्छा या बुरा, सुसंस्कृत या असंस्कृत, जो कुछ वह अपनी आँखों से देखता है, उसी को पकड़ता है। इसलिए परिवार के हर सदस्य का यह दायित्व है कि वह अपने लिए नहीं तो अपने घर या परिवार में आए नए मेहमानों के लिए अच्छा जीवन जीए।

दो बच्चे आपस में झगड़ रहे थे। उनका कोई संबंधी घर में आया। उसने देखा कि बिना किसी कारण के बहन-भाई झगड़ा कर रहे हैं। कुछ क्षण वह देखता रहा। फिर उसने कहा 'आपस में झगड़ने की गंदी आदत कहाँ से सीखी? झगड़ा क्यों कर रहे हो? बच्चे एक बार तो सहम गए। पर शीघ्र ही वे संभल गए। उन्होंने कहा 'अंकल! हम झगड़ा कहाँ करते हैं, हम तो मम्मी-पापा का खेल खेल रहे हैं। उनके मम्मी-पापा बच्चों के सामने एक-दूसरे को कोसते रहते थे। दो दिन, चार दिन, दस दिन बाद देखते ही देखते बच्चों ने

उनके शब्द सीख लिए, उनकी मुद्राएं सीख लीं और नाटक शुरू कर दिया।

कुछ लोग परिवार नाम की संस्था को विकास में बाधक मानते हैं। परिवार में व्यक्ति की इच्छाओं का दमन होता है। वह अपनी पसंद के रास्ते पर आगे नहीं बढ़ पाता। परिवार की इच्छाओं और आकांक्षाओं के अनुरूप जीने के प्रयत्न में उसकी अपनी इच्छाएं समाप्त हो जाती हैं। आकांक्षाएं कुंठित हो जाती हैं और उसके लिए जीवन भार बन जाता है। परिवार के प्रति ऐसा



## आदर्श परिवार की परिकल्पना

### कुसुम जैन

नजरिया रखने वाले लोग समाज और राष्ट्र के अनुशासन को स्वीकार कैसे कर पाएंगे? जो व्यक्ति जंगल में जाकर अकेला अपने ढंग से जीवन जीना चाहता है, वह परिवार, समाज या राष्ट्र सभी को अस्वीकार कर सकता है। किन्तु समूह में रहने वाले को पारिवारिक, सामाजिक और राष्ट्रीय अनुशासन का मूल्य समझना ही होगा।

परिवार व्यक्ति को सामाजिक प्राणी बनाता है। वह उसे सुरक्षा देता है। भविष्य का आश्वासन देता है और व्यक्तित्व विकास के अनेकों स्वर्णिम अवसर देता है। जो बच्चे जन्म के समय में अपाहिज होते हैं, उनका पालन-पोषण पारिवारिक ढांचे में ही संभव है। एक बच्चा, जो देखने, सुनने, सूंघने और चखने की शक्ति खो देता है, जो

न चल सकता है, न बैठ सकता है, न बात कर सकता है, न खा सकता है, न पी सकता है, जिसको संभालना बहुत बड़ी तपस्या से भी बढ़कर है, ऐसी तपस्या माँ करती है। कोई आशा नहीं, कोई स्वार्थ नहीं, पर वह तपस्विनी माँ अपनी संतान का पल-पल ध्यान रखती है। अपना सुख-दुःख गौण कर अपने आत्मज का अन्तस का हेज देती है। परिवार को नकारने वाले लोग उस तपस्विनी को, तपस्या को कभी नहीं आंक सकते।

मुख्य सवाल यह है कि परिवार कैसा होना चाहिए? संगठन, अनुशासन, सहयोग, सहिष्णुता, विनम्रता, विश्वास, सेवाभावना, प्रमोद भावना आदि तत्त्व एक श्रेष्ठ परिवार के घटक हैं। जिस परिवार में ये तत्त्व विकासशील हों, उस परिवार में शांत-सहवास की उपलब्धि को रोक नहीं जा सकेगा। पारिवारिक जीवन का सबसे बड़ा सुख शांतिपूर्वक रहने में है। एक साथ रहकर भी अलग-अलग रहना जीवन की सबसे बड़ी विडम्बना है। जहाँ परिवार के सब लोग परस्पर एक-दूसरे के सुख-दुःख में हार्दिक भाव से अपनी भागीदारी रखते हैं, वह परिवार सुख-शांति और विकास की अकल्पित ऊँचाइयों को छू सकता है। जहाँ ऐसा नहीं होता है वहाँ विकास की संभावनाओं के दरवाजे बंद हो जाते हैं।

एक सुखी परिवार का ताना-बाना बुनने में परिवार के प्रत्येक सदस्य की जागरूकता अपेक्षित रहती है। दो चार व्यक्तियों का प्रमाद उस ताने-बाने को इतना उलझा देता है कि परिवार में बिखराव की परिस्थिति उत्पन्न हो जाती है। परिवार को बिखरने वाली अनेक बातें हो सकती हैं, उनमें मुख्य दो हैं सदिह और असहिष्णुता। एक पक्षी का श्रम से बनाया हुआ सुंदर नीड़ आंधी के एक झोंके से बिखर जाता है, इसी प्रकार सदिह और असहिष्णुता की आंधी पीढ़ियों से संगठित परिवार को छिन्न-भिन्न कर देती है।

विश्वास की ठोस धरती पर जीने वाला व्यक्ति सदिह की छिपकली को अपने पास ही नहीं फटकने देता। किन्तु इतनी ठोसता हर एक व्यक्ति में नहीं होती। छोटी-छोटी बातों

पर ध्यान देने वाला व्यक्ति बहुत जल्दी संदिग्ध हो जाता है। बच्चों को खाद्य-पदार्थों का वितरण, उनकी किसी गलती पर डांट, उनकी इच्छाओं की पूर्ति आदि छोटे-छोटे प्रसंग संदिह की कटिदार नागफनी उगा देते हैं। फिर भी नजरिया बदल जाता है और प्रत्येक प्रवृत्ति पर पक्षपात का प्रश्न-चिह्न टांग दिया जाता है। ऐसी घटनाओं की जितनी पुनरावृत्ति होगी, परिवार का वातावरण उतना ही दूषित हो जाएगा।

जिस व्यक्ति की यह आकांक्षा हो कि वह किसी भी मूल्य पर अपने परिवार को बिखरने नहीं देगा, उसे पारस्परिक विश्वास को सुरक्षित रखने के लिए निरंतर जागरूक रहने की अपेक्षा है। विश्वास पर आघात करने वाले घटना-प्रसंगों में रूबरू बातचीत की परम्परा स्थापित की जाए तो समस्या का समाधान बहुत अच्छे ढंग से हो सकता है। किसी में स्पष्ट रूप से बात करने का साहस न हो, उसे सहिष्णु बनकर स्थिति को उलझने से रोकना चाहिए। जहाँ न तो सौहार्दपूर्ण वातावरण में बातचीत हो और न सहिष्णुता हो, वहाँ व्यक्ति-व्यक्ति के मन में नफरत की बारूद एकत्रित होती जाती है, जो कभी भी भयंकर विस्फोट कर सकती है।

व्यक्ति और कुछ जानें या नहीं, एक सहन करना सीख लें तो एक परिवार में सैकड़ों व्यक्ति शांति से रह सकते हैं। सहन करने की मनोवृत्ति न हो तो दो व्यक्ति भी साथ नहीं रह पाते। बिखरते हुए परिवार और आए दिन बढ़ते जा रहे तलाक, असहिष्णु मनोवृत्ति की देन है। सहिष्णुता एक ऐसा दुर्लभ गुण है जो मनुष्य के कच्चे-दर्पण से मन को मजबूत बना देता है। जिस मन पर सामान्य-सी घटना दरार ला सकती है, वही मन पैरों तले रौंदने पर भी अक्षुण्ण बना रहे, कितनी बड़ी उपलब्धि है। पर कठिन है प्रतिकूल परिस्थितियों को सहन करने का मनोभाव।

इस संसार में जो भी महानता के शिखर पर चढ़े हैं, उन्होंने बहुत सहन किया है। जिनके जीवन में सहन करने का लक्ष्य टूट गया, वे कभी महान नहीं बन पाए। परिवार का स्वास्थ्य भी सहिष्णुता के कारण ही सुरक्षित रह सकता है। स्वस्थ परिवार की संरचना के लिए एक-दूसरे के विचारों, व्यवहारों और तौर-तरीकों को सहन करना बहुत जरूरी है। सहना केवल छोटों के लिए ही जरूरी नहीं है, बड़े लोगों के लिए तो वह कर्तव्य की कसौटी है। जो जिस परिवेश में जितना बड़ा होता है उसे उतना ही अधिक सहना पड़ता है। सहना दीनता नहीं, व्यक्तित्व की उदात्तता है। दीन-हीन व्यक्ति सहिष्णुता का विकास कर सके, यह संभावना ही नहीं है।

जिस परिवार के सदस्य एक-दूसरे को सहन करते हैं, एक-दूसरे के सुख-दुःख में अपनी भागीदारी रखते हैं, परम्पराओं और वर्जनाओं के प्रति सचेत रहते हैं, उपभोक्तावादी मूल्यों से अप्रतिबद्ध रहकर जीवनयापन करते हैं, अर्थ या पदार्थ को जीवन का साध्य नहीं, साधन मानते हैं। मानवीय मूल्यों से जुड़कर रहते हैं, समय का सम्यक् नियोजन करते हैं, आकांक्षाओं के इन्द्रजाल से बचकर रहते हैं, पारिवारिक हित के लिए व्यक्तिगत हित को गौण कर देते हैं तथा आग्रह से दूर रहते हैं, वह परिवार एक आदर्श परिवार हो सकता है।

**संपादिका : 'गाणसायर', बी-5/263,  
यमुना विहार, दिल्ली-53**

## झाँकी है हिन्दुस्तान की

◆ यदि आप अंगदान करने की शपथ लें तो इससे कई जानें बच सकती हैं। एक ब्रेन डैड व्यक्ति 30 अंग व उक्त दान कर सकता है जिनसे 6 मरीजों को नवजीवन मिल सकता है। यह जानकारी एक कार्यक्रम के दौरान सर गंगाराम अस्पताल के लीवर ट्रांसप्लांट के निदेशक डॉ. ए.एस. साइन ने दी। उन्होंने बताया कि दुनिया में सबसे अधिक सक्षम लोग भारत में हैं, जो अंगदान कर सकते हैं। लेकिन फिर भी हमारा देश इस मामले में सबसे पिछड़ा हुआ है। डोनर जान 2010 एक प्रयास है कि लोगों को जागरूक बनाकर उनका रवैया बदला जाय, ताकि अंगदान से लोगों की जिंदगी बचाई जा सके। डॉ. साइन ने कहा कि हमारे देश में ज्यादा लोगों को यह बात मालूम नहीं है कि एक व्यक्ति अपना आधा लीवर दान कर सकता है और उसका बाकी का लीवर खुद-ब-खुद 2-3 महीनों में फिर से पूरा बन जाता है। जानकारी के अभाव में हमारे देश में जीवित दाताओं की कमी है। भारत में हर वर्ष 20 हजार लीवर प्रत्यारोपण करने की आवश्यकता होती है जबकि वर्ष 2009 में सिर्फ 110 लीवर प्रदाता आगे आए, जिस वजह से पिछले साल देश में मात्र 450 लीवर ट्रांसप्लांट हो पाए हैं।

◆ गुजरपुरा (बरेली) गांव में अभी तक बिजली नहीं पहुंची है। सुविधाओं के नाम पर सिर्फ गांव के कुछ रास्तों पर ईंटें बिछी हैं। रामगंगा के खादर में बसा गुजरपुरा गांव विकास से कोसों दूर है। एक बुजुर्ग का कहना है कि चुनाव के समय ही नेता यहां नजर आते हैं। आज तक कोई अधिकारी नहीं झांका।

एक फौजी बताते हैं कि यह गांव पढ़ाई-लिखाई में काफी पिछड़ा है। इसकी वजह है बिजली का न होना। ढिबरी की रोशनी में बच्चे ज्यादा देर नहीं पढ़ पाते हैं। पशुपालक अनोखे लाल के छह बच्चे हैं। इनमें से सिर्फ दो लड़कियां आरती और गायत्री ही पढ़ोस के गांव में पढ़ने जाती हैं। बेटा मुंशीलाल समेत तीन बच्चों ने पांचवीं के बाद पढ़ाई छोड़ दी है। अनोखे लाल कहते हैं कि गरीबी के साथ ही सुविधाओं का अभाव भी बच्चों को पढ़ाई से दूर कर रहा है। राजवीर सिंह अभी युवा हैं। उनके दो छोटे-छोटे बच्चे हैं। वह गांव से पलायन करने की सोच रहे हैं। क्योंकि बुखार के इलाज के लिए भी 7-8 किलोमीटर दूर जाना पड़ता है।

# प्रसन्नता एक दिव्य रसायन

मुनि राकेशकुमार

विश्व के विचारकों ने जीवन की सफलता के लिए प्रसन्नतापूर्ण व्यक्तित्व के विकास पर बल दिया है, जिसके मुख मंडल पर सहज प्रसन्नता होती है, जिसके मानस में शांति और समता का रस प्रवाहित होता है वह प्रसन्नतापूर्ण व्यक्तित्व का धनी है। प्रसन्नता एक दिव्य रसायन है, जिसके सेवन से हमारी विविधमुखी कार्यक्षमता का संवर्धन होता है। कतिपय रसायन किसी के लिए अनुकूल और किसी के लिए प्रतिकूल होते हैं, इससे जन साधारण के लिए वे सुलभ नहीं होते। पर प्रसन्नता ऐसा रसायन है जो हर मनुष्य के लिए सदा सुलभ और स्वास्थ्यवर्धक है, जिससे शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक विकारों का उपशमन होता है व प्रतिरोधक शक्ति का विकास होता है।

आज भौतिक मनोरंजन के साधनों का बहुत विस्तार हो रहा है। उनसे जो प्रसन्नता प्राप्त होती है वह क्षणिक है। हमें वह प्रसन्नता प्राप्त करनी है जो सहज है, जिसका जन्म अध्यात्म की भूमिका पर होता है, जो आत्मानंद का पर्यायवाची है। जो कृत्रिम मनोरंजन को प्रसन्नता और आनन्द का रूप समझते हैं, वे भ्रम में है। यदि ऐसा होता तो दूसरों का मनोरंजन करने वाले कलाकार स्वयं मनोरोगों से ग्रसित नहीं होते। लंदन में एक प्रसिद्ध विदूषक था। वह दूसरों का मनोरंजन करता था। एक बार वह स्वयं अवसाद के रोग से ग्रसित हो गया। वह

चिकित्सा कराने मानस चिकित्सक के पास गया। चिकित्सक ने जांच करके कहा तुम्हारा रोग प्रारंभिक अवस्था में है। हमारे नगर में एक ग्रेमाल्डी नाम का विदूषक है, तुम दो सप्ताह उसके पास रहो। इससे तुम्हारा दिमाग सहज हो जाएगा। चिकित्सक का कथन पूरा नहीं हुआ। बीच में उस रोगी ने हंसते हुए कहा डॉक्टर साहब वह ग्रेमाल्डी मैं ही हूँ। यदि अध्यात्म का आधार होता तो विदूषक के जीवन में यह स्थिति नहीं होती। जो प्रसन्न होता है उसकी हर प्रवृत्ति कलापूर्ण होती है, उसमें साधना का रूप प्रतिबिंबित होता है। एक ग्राम में मंदिर का निर्माण हो रहा था। तीन व्यक्ति पत्थर फोड़ रहे थे। किसी ने तीनों से पूछा क्या कर रहे हो? उनमें एक के मानस में क्रोध की आग प्रज्वलित हो रही थी। उसने क्रोधित स्वरों में कहा क्या तुम अंधे हो, क्या दिखाई नहीं देता है? मैं पत्थर फोड़ रहा हूँ। दूसरा बहुत चिंतातुर था, वह अपनी

आर्थिक स्थिति से चिंतित था। उसने कहा पेट भरने का काम कर रहा हूँ। तीसरा बहुत प्रसन्न था। उसने हंसते हुए कहा भगवान का मंदिर बना रहा हूँ। एक ही प्रकार का काम करते हुए तीनों के उत्तर में जो भिन्नता है, यह उनकी विभिन्न मनःस्थिति का सूचक है। जितने भी शरीरधारी प्राणी हैं, वे सांसों का भार अवश्य ढोते हैं, पर उसी का जीना सार्थक है जिसकी हर सांस में आनन्द का स्वर प्रतिध्वनित होता है। जिसका मानस प्रसन्न और आनन्दमय होता है उसे चारों ओर एक नया उल्लास और प्रकाश दृष्टिगोचर होता है। वैज्ञानिक प्रगति ने मानव समाज को नाना प्रकार की सुविधाओं का उपहार प्रदान किया है, पर इसके साथ उसकी शांति और प्रसन्नता का अपहरण किया है। आज हर व्यक्ति चिंता की व्याधि का शिकार हो रहा है। इससे उसका व्यक्तिगत जीवन ही नहीं पारिवारिक और सामाजिक जीवन भी अस्त-व्यस्त

हो रहा है। आचार्य तुलसी ने कहा है चिंता नहीं, चिंतन करना चाहिए, व्यथा नहीं व्यवस्था करनी चाहिए।

आज के मानव के जीवन का बहुमूल्य समय चिंता और व्यथा की आग में जलते हुए बीत जाता है। वह जानते हुए भी उस आग से निकल नहीं पा रहा है। मनुष्य स्वयं को इस विश्व को सर्वश्रेष्ठ प्राणी समझता है। पर चिंता की आग के समक्ष वह स्वयं को निरूपाय और असहाय समझ रहा है।



चिंता और चिन्ता में अंतर नहीं है। चिंता निर्जीव को जलाती है, पर चिन्ता सजीव मनुष्य को भी जला देती है। जहाँ जीवन है वहाँ समस्याएं हैं, उन समस्याओं का समाधान खोजना सबका कर्तव्य है। पर उनके कारण स्वयं समस्याग्रस्त नहीं बनना चाहिए। जो अपने विचारों को सहज और निर्भर रखता हुआ सोचता है वह उन पर विजय प्राप्त कर सकता है। जहाँ व्यक्ति का मस्तिष्क अशांत और असहज हो जाता है। वहाँ चिन्तन चिन्ता में बदल जाता है। चिन्तातुर मनुष्य को जीवित लाश की उपमा दी गई है। उसके जीवन के वटवृक्ष में घुन लग जाता है। इससे उसकी जड़ें खोखली हो जाती हैं और वह असमय में ही धराशायी हो जाता है। चिन्ता को पागलपन का पूर्व रूप भी कह सकते हैं। चिन्ताग्रस्त मनुष्य को यदि सही मार्गदर्शन नहीं मिले तो वह पागलपन की भूमिका में पहुँच सकता है। चिन्ता की यह मनोव्याधि आत्महत्या का एक प्रमुख कारण है। इस महारोग पर विजय पाने के लिए प्रतिदिन प्रसन्नता के रसायन का सेवन करना जरूरी है।

धार्मिक साहित्य में उदासीनता को आध्यात्मिक साधना का अंग माना गया है इससे कुछ लोग प्रसन्नता को धर्म और अध्यात्म का विरोधी समझते हैं। पर यह चिन्तन सही नहीं है। वहाँ उदासीनता का अर्थ समता और तटस्थता है। आज जो निराशा और कुंठा के अर्थ में इस शब्द का प्रयोग होता है वह नहीं है। जो सुख-दुख व हर्ष-शोक की लहरों में तटस्थ और निर्लिप्त होता है, उसी की प्रसन्नता स्थिर और शाश्वत होती है सभी धर्म ग्रंथों में इसके महत्त्व पर प्रकाश डाला गया है।

मनः प्रसन्नता, सौम्यता, मौन, आत्म संयम व भाव संशुद्धि ये मानसिक तप है। चिन्ता एक मीठा विष है। प्रसन्नता के अमृत से ही उसका शोधन और

रेचन हो सकता है। प्राचीन युग में राजा व अन्य सत्ताधारी लोग अपने पास विदूषक रखते थे। जिससे उनका मनोरंजन होता रहे और राज्य संचालन के भार से थोड़ा विश्राम मिलता रहे।

जिस प्रकार मौसम के रंग बदलते रहते हैं, उसी प्रकार हर आदमी के जीवन में परिस्थितियों के रंग बदलते रहते हैं। जिसका मनोबल ऊँचा होता है वह उन परिस्थितियों के रंग से विचलित नहीं होता। वह प्रसन्नता के रस का हर क्षण सेवन कर सकता है। पर जिसके मिजाज के रंग बदलते रहते हैं, वह 'क्षणे तुष्टाः क्षणे रूष्टाः' का प्रतीक होता है। वह एक क्षण में हर्षित और एक क्षण में दुःखी हो जाता है। आज प्रबंधन की विविध शाखाओं का प्रशिक्षण दिया जाता है। उनके साथ स्वप्रबंधन और विचार प्रबंधन का प्रशिक्षण भी जरूरी है। इस प्रशिक्षण के बिना अन्य प्रशिक्षण अधूरा है। अध्यात्म की साधना में इस पर सबसे अधिक बल दिया गया है। जो स्वप्रबंधन और विचार प्रबंधन की कला में पारंगत होता है वह कठिन परिस्थितियों को भी प्रसन्नता से झेल सकता है, वह प्रतिक्रिया से मुक्त होता है, दूसरों के व्यवहार से वह विचलित नहीं होता।

एक महात्मा पदयात्रा करते हुए जा रहे थे। उन्होंने एक गांव के निकट वृक्ष की छाया में थोड़ी देर विश्राम किया। वहाँ पास में कुछ युवक खेल रहे थे।

उन्होंने महात्मा के साथ उपहास करना शुरू कर दिया तथा नाना प्रकार के अपशब्दों का प्रयोग किया। पर महात्मा बिल्कुल उत्तेजित नहीं हुए। आधा घंटे के बाद उन युवकों ने कहा हमने आपको इतनी गालियां दी, नाना प्रकार का दुर्व्यवहार किया। पर आप बिल्कुल क्रोधित नहीं हुए। इसका क्या कारण है? हमने आपकी सहनशीलता की परीक्षा लेने के लिए ऐसा किया था। महात्मा ने हंसते हुए कहा मुझे तो आपने गालियां नहीं दी। मैं तो खाली आया था और खाली जा रहा हूँ। महात्मा ने उन युवकों को समझाते हुए कहा यदि आप किसी पर्व के अवसर पर अपने स्वजनों को कोई उपहार भेजें और वे ग्रहण नहीं करें तो वे उपहार पुनः किसे मिलेंगे। उन्होंने कहा वे तो भेजने वालों को मिलेंगे। महात्मा ने कहा इस प्रकार आपकी गालियों का उपहार किसके पास रहेगा, यह आप सोचें। महात्मा के उद्गार सुनकर वे बहुत लज्जित हुए। उन्होंने अपनी त्रुटि के लिए क्षमायाचना की। जो शांति और प्रसन्नता का कवच धारण करते हैं उनके लिए हर दिन दशहरा और दिवाली के समान होता है। जिनकी आँखों में निराशा का कोहरा छाया हुआ है, उनकी जिन्दगी श्मसान के समान है। जिनके चेहरे पर मुस्कान है उनके लिए हर समय स्वर्ग है ■

### महापुरुषों की स्मृति जीवन-निर्माण में बहुत बड़ी निमित्त बनती है।

- आचार्य तुलसी ●

संप्रसारक :

### एम.जी. सरावगी फाउंडेशन

41/1-सी, झावतल्ला रोड, बालीगंज-कोलकाता-700019

- दूरभाष : 22809695



# विकास-महंगाई-गरीबी

सत्यनारायण सिंह

भारत में बढ़ती जनसंख्या, बढ़ती मुद्रास्फीति व महंगाई, अधिकतम विकास एवं पूंजी निवेश तथा निर्धनों, खेतिहर मजदूरों, औद्योगिक कामगारों व शहरी श्रमिक व गैर श्रमिक कर्मचारियों की निर्धनता कम करने के उद्देश्य से अब नीतियां और कार्यपद्धति बनाना आवश्यक है। यदि नीतियां व कार्यपद्धति सही हो तो विकास के साथ महंगाई की दर कम रखी जा सकती है। आम लोगों के हित में आर्थिक विकास प्रति व्यक्ति आय में वृद्धि और समान वितरण तीनों आवश्यकताओं की पूर्ति आवश्यक है। नियम, कानून, नीतिगत उद्देश्यों के अनुरूप बनाने होंगे तथा लक्ष्य के अनुरूप क्रियान्विति सुनिश्चित करनी होगी।

देश में गरीबी दूर करने के लिए अनेक कार्यक्रम प्रारंभ किये गये। 1990 के स्तर से 2015 में गरीबी का स्तर आधा रखने का लक्ष्य है। मिलेनियम डवलपमेंट गोल्स की रिपोर्ट के अनुसार 1999-2000 में गरीबी से नीचे रहने वाले लोगों का प्रतिशत 26.1 था। तेज विकास एवं गरीबी मिटाओ कार्यक्रमों के कारण योजनाओं एवं विकास का लाभ सब तक पहुँचाने के प्रयास किये जा रहे हैं। देश में 1973-74 से 2004-2005 तक गरीबी लगभग तीन प्रतिशत रही है। अब ऊपर से छनकर नीचे पहुँचने की थ्योरी कारगर व सही साबित नहीं हो रही है। 2007 में अर्थव्यवस्था ने छलांग लगाई, जीडीपी की वृद्धि दर 9.3 फीसदी रही तो मुद्रास्फीति की दर में भी गिरावट आई।

आपूर्ति की तुलना में अधिक मुद्रा से कीमतों में बढ़ोतरी होती है। मुद्रा का

“अब सरकार को आर्थिक विकास के लाभ सब तक सीधे पहुँचे यह सुनिश्चित करना ही होगा। विकास के लाभ से समाज के सभी वर्ग व श्रेणियों की आर्थिक दशा में बदलाव हो यह सुनिश्चित करना ही होगा। सकल आय वृद्धि और गरीबी गिरावट की दर के बीच समन्वित सम्बन्ध स्थापित करना होगा। नागरिकोन्मुखी सुशासन, भारतीय कृषकों की दशा व ग्रामीण विकास को प्राथमिकता, बुनियादी ढांचे की मजबूती, शिक्षा की बदहाल स्थिति को बदलना आवश्यक है।”

मूल्य कम होता है मांग अधिक होने से महंगाई में वृद्धि होती है। मुद्रास्फीति में वृद्धि, सार्वजनिक व्यय में वृद्धि, निजी व्यय में वृद्धि, निजी उपभोग एवं निजी निवेश, निर्यात में वृद्धि, सरकार की कर नीति व करों में छूट, सरकार द्वारा आंतरिक ऋणों की अदायगी, आसान शर्तों पर ऋण की उपलब्धता तथा जनसंख्या वृद्धि आदि कारणों से होती है। आपूर्ति घट जाती है यानि उत्पादन व उत्पादन के साधनों (पूँजी, श्रम, कच्चा माल, ऊर्जा) की कमी, उपभोक्ताओं द्वारा संग्रहण की आदत, कालाबाजारी, जमाखोरी, किसानों द्वारा भण्डारण व उत्पादन लागत में वृद्धि होती है, से कीमतें बढ़ती हैं। कीमतों के बढ़ने के प्राकृतिक कारण भी हैं। अतिवृष्टि, सूखा, बाढ़, ओलावृष्टि, मौसम की खराबी व कृषि में लगने वाली बीमारियों से उत्पादन घटता है, खाद्यान्न, तिलहन, दलहन आदि का उत्पादन कम होता है। आयात-निर्यात नीति, भण्डारण नीति भी मूल्यों पर असर डालती है। सरकार की मौद्रिक नीति भी असर डालती है। सार्वजनिक

व्यय में, विशेषकर अन-उत्पादक खर्चों में कमी, मूल्य नियंत्रण भण्डारण व राशनिंग, वितरण प्रणाली में सुधार से कीमतों को प्रभावित किया जा सकता है।

राष्ट्रीय खाद्य-सुरक्षा मिशन के तहत 2011-12 तक 10 मिलियन टन चावल 98 मिलियन टन गेहूँ व 2 मिलियन दालों का अधिक उत्पादन का लक्ष्य है। बेहतर गुणवत्ता वाले बीज, फॉर्म मशीनरी, खेत पर जल प्रबंधन, कीट-नाशकों का कुशल प्रयोग से 250 लाख किसानों को 305 जिलों में लाभान्वित करने का लक्ष्य है। किसान मिशन के निर्देशों के अनुसार वित्तीय सहायता दी जा रही है। राष्ट्रीय कृषि विकास योजना के अंतर्गत सार्वजनिक निवेश में वृद्धि, कृषि क्षेत्र की स्कीम के अंतर्गत राज्यों को स्वायत्तता व सहायता प्रदान करने व किसानों की आय बढ़ाने का प्रयास भी किया जा रहा है।

राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार योजना, राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन, राजीव गांधी पेयजल मिशन, परन्तु इनसे आय व खरीद शक्ति बढ़ेगी। आवश्यकता है ‘क्रय शक्ति’ बढ़ाने के साथ उत्पादन

बढ़ाने की। क्योंकि विकास का लाभ लोगों तक धीरे-धीरे पहुँचता है, परन्तु आय में वृद्धि से मुद्रास्फीति सीधे आम आदमी पर असर डालती हैं।

आज मुख्य समस्या यह है कि खाद्य पदार्थों व रोजमर्रा की चीजों के मूल्य बढ़ रहे हैं। सब्जियों में 25 प्रतिशत तो खाद्य तेलों में 15 प्रतिशत मूल्य वृद्धि देखी गई। सब्जी, फल व रोजमर्रा की खाद्य सामग्री तो आयात नहीं की जा सकती। उसकी तो पैदावार ही बढ़ानी होगी। आपूर्ति को सुधारना होगा। यह सही है कि मुद्रास्फीति को रोकने से विकास प्रभावित होता है परन्तु महंगाई बढ़ने से आम लोगों पर जो विपरीत व दुष्प्रभाव पड़ता है उससे भी राजनैतिक गिरावट होती जा रही है। जिनके पास नियमित काम व आय के नियमित स्रोत नहीं होते उनका तो जीवन कष्टमय हो जाता है। ऐसे विकास का क्या फायदा जिसमें लोगों की तकलीफें बढ़ जायें, यह प्रश्न उठने लगते हैं। उदाहरण के तौर पर खाद्यान्न, चीनी, तिलहन, दलहन, सब्जियों के मूल्य में वृद्धि, जिसका लोग प्रतिदिन सेवन करते हैं। मूल्यों में वृद्धि दुःखदायी हो जाती है। चिदम्बरम ने सही कहा टमाटर आलू जैसी चीजों की मांग और आपूर्ति में अंतर को आयात से नहीं पाटा जा सकता परन्तु अन्य प्रशासनिक, आर्थिक एवं नीतिगत निर्णय व कदम उठाकर कीमतों पर नियंत्रण किया जा सकता है। कम उत्पादन से कीमतें बढ़ें तो भी कम तेजी से। अर्थव्यवस्था में उत्पादित चीजों की लागत बढ़ी है, उत्पादक पूर्वापेक्ष ज्यादा समझदार हो गये हैं, उनकी “भंडारण क्षमता” बढ़ी है। प्रतियोगितात्मक ताकत अपेक्षाकृत बढ़ी है। शक्ति संतुलन में बदलाव आया है। अत्यधिक करारोपण भी महंगाई के हवन में घी डालने का कार्य करते हैं।

एक आंकलन के अनुसार पिछले सालों में देश की बड़ी कम्पनियों का मुनाफा 15-16 गुना बढ़ा है। अतः अब सरकार को आर्थिक विकास के लाभ सब तक सीधे पहुँचे यह सुनिश्चित करना ही होगा। विकास के लाभ से समाज के सभी वर्ग व श्रेणियों की आर्थिक दशा में बदलाव हो यह सुनिश्चित करना ही होगा। सकल आय वृद्धि और गरीबी

गिरावट की दर के बीच समन्वित सम्बन्ध स्थापित करना होगा। नागरिकोन्मुखी सुशासन, भारतीय कृषकों की दशा व ग्रामीण विकास को प्राथमिकता, बुनियादी ढांचे की मजबूती, शिक्षा की बहाल स्थिति को बदलना आवश्यक है।

4/45, सूर्य पथ जवाहरनगर,  
जयपुर 302004 (राजस्थान)

## आँख बदलते लोग

भगवान दास ऐजाज़

पासवान हो आपका, या फरमावरदार।  
कुत्ता जब चाटे शहद तो रहिये होशियार।।  
सबको घूरे है मियाँ अपना हो या गैर।  
कुत्ता बख़ो है कहाँ हड्डी लिये बगैर।।  
नेता के माथे तले चमचा पले कमाल।  
घर में कुत्ता शेर हो पानी में घड़ियाल।।  
अभी पता चल जाएगा, क्या-क्या करते नीच।  
सब कर देखो आईना दो बंदर के बीच।।  
इक रथ के दो सारथी दोनों शातिर चोर।  
दो घोड़े पूरब जुते दो पच्छिम की ओर।।  
भांडा फूटेगा कभी ओ कीकर की छाल।  
क्यों चोरी के माल पर झूमा फिरे निछाल।।  
कपटी की दहलीज़ पर संत वचन याद आय।  
कागा हंस न हो सके गंगा नीर नहाय।।  
मेले में ठेला लुटा हमें न था मालूम।  
सौदागर के भेष में रहे लुटेरे घूम।।  
ले आया किस शहर में कौन करम संजोग।  
दिशा बदलते रास्ते आँख बदलते लोग।।  
कोई नजर आता नहीं यहाँ कसर शादाब।  
गाँव चलो इस शहर में सबका हाल खराब।।

टी-451, बलजीत नगर, नई दिल्ली-110008

# क्यों होते हैं बच्चे फेल!

रूपनारायण काबरा



बच्चे का फेल होना कोई ऐसी अनहोनी बात तो है नहीं, सच पूछो तो यह उतना ही सहज है जितना कि खेल में हार। लेकिन फिर भी फेल होने पर लोग हंगामा खड़ा कर देते हैं। कुछ अभिभावक तो बच्चे के फेल होने को एक ऐसी भयंकर भूल या दुर्घटना के रूप में लेते हैं जो कि बस केवल उनके बच्चे ने ही की है। सैकड़ों नहीं, हजारों बच्चे स्कूली परीक्षाओं और प्रतियोगी परीक्षाओं में फेल होते हैं।

परीक्षा में फेल होना तो एक सहज प्रक्रिया है, जो पढ़ाई में कमजोर होगा या पढ़ाई नहीं करेगा अथवा जिसको जबरदस्ती ही पढ़ाया जा रहा है या अभिभावक द्वारा महज अपनी महत्वाकांक्षा की पूर्ति का शिकार बनाकर ऐसे बच्चों की बिना रुचि के विषयों में धकेल दिया जाता है। इसमें गुस्सा करने की, डांटने-फटकारने की, तिरस्कृत व अपमानित करने की क्या बात है? बच्चे के फेल होने पर घर में हंगामा-सा मच जाता है। कभी-कभी तो कोई कमजोर मनोदशा वाला बालक इस तिरस्कार भरी असफलता को सहन नहीं कर पाता है और घर से भाग जाता है या आत्महत्या जैसा जघन्य अपराध कर बैठता है।

जरा सोचिये तो सही, बच्चा आखिर फेल क्यों होता है? सीधी-सी बात है कि पढ़ाई में कमजोर होता है इसलिये फेल हो जाता है। अब सवाल उठता है कि वह इतना कमजोर क्यों रह जाता है कि सौ में से तैंतीस अंक भी नहीं ला पाता? क्या इस कमजोरी का समग्र रूप से वही दोषी है, वही जिम्मेदार है? अभिभावक का या अध्यापक का कोई दोष नहीं? क्या बच्चे की सफलता, असफलता, उसकी पढ़ाई से इनका कोई सरोकार

नहीं? फेल होने की घटना तो सत्र के अन्त में होती है। सालभर आप बच्चे पर ध्यान दें, उसकी कमजोरी पर ध्यान दें तो बच्चा फेल नहीं हो सकता। सच पूछो तो बच्चे के फेल होने में उसका स्वयं का दोष केवल 10 प्रतिशत है, अभिभावक का 60 प्रतिशत तथा अध्यापक का 30 प्रतिशत। अध्यापक का दोष ज्यादा भी हो सकता है पर आज की भीड़ भरी कक्षाओं में छात्र के प्रति व्यक्तिगत ध्यान सामान्यतः संभव नहीं है। आज की परिस्थिति में अध्यापकगण केवल कक्षा में मनोयोग पूर्वक पढ़ा दें वही बहुत है। अधिकांश तो सक्षम ही नहीं होते (अध्यापन कोई साधारण कार्य नहीं है, चुनौती भरा है), शेष को सामान्य बच्चे में (जो ट्यूशन का छात्र न हो) कोई दिलचस्पी ही नहीं होती। कितने अध्यापक ऐसे हैं जो प्रथम परख के बाद बच्चे के प्रगति-पत्र को स्वयं देखते हैं तथा तदनुसार आवश्यक उपचारी-शिक्षण की व्यवस्था करते हैं अथवा बच्चे की नियमितता या कठिनाई की ओर ध्यान देते हैं? संभवतः एक भी नहीं, अपवाद की बात छोड़िये। सरकारी स्कूलों में तो बस इतनी सी ही बात है कि परीक्षा-परिणाम-प्रतिशत कम रहने पर एक विभागीय पत्र आ जाता है जिसका स्पष्टीकरण दे दिया जाता है जोकि फाइल में लगा दिया जाता है। हाँ, निजी शिक्षण संस्थाओं में जरूर अंकुश है अध्यापक पर, और उसे छात्र पर ध्यान देना ही होता है। जब आप जैसे समझदार, अनुभवी अभिभावक अपने दायित्व-बोध के प्रति लापरवाह हो सकते हैं तो बच्चा तो अपरिपक्व है, नादान है, वह तो भटक ही सकता है, लापरवाह हो सकता है।

सफलता, असफलता तो सीखने

की क्रिया के दो पहलू हैं, इसलिये असफलता से डरो मत, सफलता के लिए परिश्रम करो। असफल हो जाओ तो उसे अपनी कमी स्वीकारते हुए नये सिरे से परिश्रम करो। यह बात उसके अध्यापक भी नहीं कहते। सब ही अनुत्तीर्ण को नीची निगाह से देखने लगते हैं। फेल होना एक हौवा-सा हो जाता है जिसका बच्चा सामना नहीं कर पाता, इसमें वह अकेला पड़ जाता है। हमें चाहिये कि हम अपने बच्चों को सफलता की ओर प्रेरित करें तथा असफलता को स्वीकारने के लिए भी तैयार करें और खुद भी तैयार रहें।

फेल होना कोई पाप नहीं है, कोई अपराध नहीं है, कोई अनहोनी घटना नहीं है, कोई ऐसी बात नहीं है कि जिसके कारण अत्यन्त दुखी हुआ जाय। वस्तुतः यह तो एक चेतावनी है छात्र को, अभिभावक को तथा अध्यापक को कि कहीं कुछ कमी है उसका विश्लेषण करो और उसी कमी को दूर करने का प्रयास किया जाय।

यदि बच्चा फेल होता है तो यह असफलता ही उसके लिए पर्याप्त सजा है, दुख है, यातना है, अब आप और ताड़ना या तिरस्कार करने की बिल्कुल मत सोचिये। उसके प्रति स्नेह एवं सहानुभूति प्रदर्शित करें एवं उसका हौसला बढ़ायें। उसने गलती की है तो उसको गलती का एहसास अवश्य करायें, ताकि उसकी पुनरावृत्ति न हो। उसके साथ बैठकर मित्रतापूर्ण वातावरण में असफलता का विश्लेषण करें तथा भावी कार्यक्रम ऐसा बनायें जिससे कि वह असफलता का दुख भूलकर सफल होने का संकल्प ले सके।

किशोर कुटीर, ए-438,  
वैशाली नगर, जयपुर 302021



# संघर्षमय वातावरण

अरुण कुमार पांडेय

संघर्ष का जमाना चला गया ऐसा लोगों के द्वारा कहते सुना जा सकता है। देश की सभी सरकारों की भी यही कोशिश होती है कि वह प्रत्येक वातावरण में खुशहाली का संदेश दे पाने में सफल रहे। सत्ता की कोशिश खुशहाल वातावरण बनाने की होती है। लेकिन क्या इन कोशिशों से जनता के जीवन से संघर्ष समाप्त हो गया है। विद्यार्थी के जीवन से संघर्ष समाप्त हो गया कि किसान के जीवन से संघर्ष समाप्त हो गया। व्यापारी के जीवन से संघर्ष समाप्त हो गया कि नौकरी करने वालों के जीवन से संघर्ष समाप्त हो गया है। जहाँ भी नजर उठाओ हर तरफ संघर्षों की एक लम्बी दास्तान अपनी पीड़ा कहने को बेताब है। कोई सुनने वाला ही नहीं मिल रहा है। क्योंकि सुनने वालों के जीवन में भी संघर्षों की कहानी कहने वालों से कम नहीं है।

फिर हर तरफ खुशहाली का वातावरण बनाने की सरकारों की मुहिम का नतीजा क्या हो सकता है। इसका आपको ठीक से अंदाजा होगा। सरकारें संघर्षों से पीछा क्यों छुड़ाना चाहती हैं। आम आदमी की बात अगर सरकारें करती है तो उन्हें आम आदमी के संघर्षों से रुचि क्यों नहीं होती है। आम आदमी और सरकारों के बीच फर्क बनता जा रहा है। सरकारों के लिए आम आदमी ही बुनियाद है। आज आम आदमी के संघर्षों की गाथा ग्रन्थ का रूप ले रही हैं। सरकार आम आदमी ग्रंथ के पढ़ने में सक्षम नहीं हो पा रही है या भाषा का दोष है जो भावनाएं पढ़ पाने में सक्षम नहीं हो पा रही हैं। भाषा को लेकर देश में अक्सर विवाद हो जाता है। भाषा और भावना का मिश्रण

बिल्कुल श्वास और शरीर की तरह है। सरकारें श्वास को पढ़ पाने में सक्षम नहीं हो पा रही हैं इसलिए उन्हें हर तरफ खुशहाली ही दिखती है संघर्ष कहीं दिखता ही नहीं है। आम आदमी में भी संघर्ष की आनुवांशिकता क्षीण हो रही है। वह भी इसका प्रयोग न करके विलुप्त होने की संभावनाओं को बढ़ावा दे रहा है। संघर्ष करने की गाथा मानव सभ्यता के साथ ही शुरू होती है।

विज्ञान ने यह साबित कर दिया है कि जो जीव वातावरण में संघर्ष नहीं कर पाये वे विलुप्त हो गए। विज्ञान के पास इसका ठोस सबूत भी है। फिर सरकारों को इस विज्ञान में दिलचस्पी क्यों नहीं दिखती है। संघर्ष के वातावरण में हमारे देश ने अपना इतना विकास किया है कि आज वह विश्वगुरु बनने के सपने के बिल्कुल करीब आ पहुँचा है। ऐसे में आम आदमी का संघर्ष कितनी बड़ी कुंजी साबित होगी इसका हम सब अंदाजा भी नहीं लगा सकते हैं। फिल्में सपने बेचती हैं। लेकिन बना कर बेचने तक का संघर्ष रोंगटे खड़े कर देने वाला है।

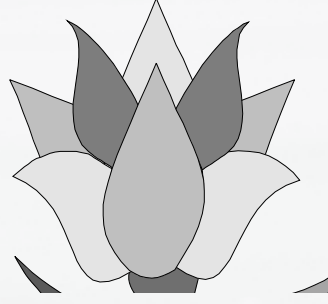
किताबें मार्ग-दर्शन करती हैं। लेकिन लिखने से छपकर हमारे आप के बीच पहुँचे इस बीच के संघर्ष की कहानी ना जाने कितने दिनों की फांकाकसी का सीधा प्रसारण होता है। सीमा पर सिपाही ने अपनी जिंदगी की हजारों रातें जागकर बितायी हैं। यह संघर्ष हमें क्यों नहीं दिखायी देता है। भूख, नींद और कठिन श्रम सब संघर्ष की बुनियाद हैं। देश को तरक्की के रास्ते पर ले जाने वालों को यह वातावरण क्यों दिखायी नहीं देता है। खिलाड़ियों को अन्य देशों से प्रति-स्पर्धा में कितना खून जलाना पड़ता है वह

संघर्ष का हिस्सा नहीं है तो क्या है। नरेगा मजदूर दिनभर फावड़ा चलाता है वह संघर्ष नहीं है तो क्या है? लेकिन सरकारों को इससे क्या मतलब वह तो बस अपने और खुशहाली के सिवाय किसी दूसरे शब्द को अपना ही नहीं चाहती है। किसान को रातदिन सिर्फ अपनी फसलों के इर्दगिर्द घूमना पड़ता है। वहाँ काटें भी होते हैं और जाड़े की रात में पाँच डिग्री का तापमान भी होता है। सिर्फ सूती कपड़े पहने किसान की इस उत्पादकता का संघर्ष लोगों को क्यों नहीं दिखाई पड़ता।

संघर्ष का दर्शन है। क्रमिक विकास में सिर्फ संघर्ष की थ्योरी का अनुपालन होता है। जो इस थ्योरी को नकारने की कोशिश करता है, जन समूह उसे भी नकार देता है। संघर्षों को सम्मान के नजरिये से देखने से ही इसका आचरण संभव है। संघर्षशील आचरण ही भारत के उत्कृष्ट व्यवहार का मूल दर्शन है। भारत गणराज्य बनने के मूल में संघर्ष छिपा है। आज के वातावरण में हम लोगों को इसकी चर्चा से परहेज होने लगा है। हम संघर्षों को भूलते जा रहे हैं। एक बीमारी धीरे-धीरे अपना घर बना रही है। जिसकी रोकथाम की व्यवस्था जल्द ही सुनिश्चित नहीं की गई तो इसका गंभीर असर हमारे समाज में देखने को मिलेगा। छात्रों को शिक्षा के लिये संघर्ष करने को प्रेरित करना पड़ेगा। वह शिक्षा की बुनियादी आवश्यकताओं और बदलते आयामों के बीच संतुलन स्थापित कर सकें इसके प्रचार-प्रसार और प्रशिक्षण से ही संघर्ष के मूल्यों को महत्त्वपूर्ण स्थान प्राप्त हो पायेगा।

प्रतापगढ़ (उ.प्र.)





# अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण का हार्दिक अभिवंदन



**लोकमान्य गोल्छा**

अध्यक्ष  
गोल्छा ऑर्गेनाइजेशन  
एवं  
समस्त गोल्छा परिवार

**गोल्छा हाउस, काठमांडो (नेपाल)**

**फोन नं. : 4250001/4249939 (D)**

**फैक्स : 00977-1-4249723**

## लोभ-विनाश हेतु संतोष का अभ्यास करें : आचार्य महाश्रमण

सरदारशहर 20 जून। अप्रमाद के द्वारा प्रमाद को हटाया जा सकता है। प्रतिपक्ष का प्रयोग करने से पक्ष का नाश हो सकता है, अगर क्रोध को नष्ट करना है उपशम का अभ्यास करना चाहिए। लोभ को नष्ट करने के लिए संतोष का अभ्यास, ऋजुता से माया समाप्त हो जाती है। ठीक इसी तरह जागरूकता से प्रमाद को हटाया जा सकता है। अप्रमाद के लिए आत्मस्थ रहना आवश्यक है। दुनिया में व्यवहार चलाना पड़ता है, अप्रमाद में अपने आप में रहने के लिए भीतर का अभ्यास आवश्यक है। उक्त विचार आचार्य महाश्रमण ने चौरङ्गिया प्रशाल में उपस्थित सभा को संबोधित करते हुए व्यक्त किये।

आचार्य महाश्रमण ने कहा कि बुद्धि का प्रयोग अप्रमाद में करने का प्रयास करना चाहिए। अप्रमाद का अभ्यास प्रमाद के विनाश में सहायक बनेगा। प्रमाद के तरीके अलग हो सकते हैं। प्रमाद मात्र साधना के विकास के लिए निवारणीय होता है। जहां एक मजदूर वेतन पूरा लेता है और काम कम करता है तो वह मालिक का शोषण करता है इसी तरह यदि एक मालिक मजदूर से काम पूरा लेता है और पैसा कम देता है तो मजदूर के साथ शोषण होता है जहां शोषण होता है वहां प्रमाद होता है, पाप होता है। अर्थ, काम, धर्म में समानता होनी चाहिए इससे जीवन अच्छा चल सकता है।

शिवलाल शास्त्री ने मुक्तक द्वारा अपने विचार व्यक्त किये, मास्टर पवनकुमार ने गीत द्वारा भावनाएं व्यक्त कीं। अहमदाबाद युवक परिषद के ग्यारह सदस्यों ने

उपस्थित होकर अपने विचार व्यक्त किये तथा आचार्य महाश्रमण को अहमदाबाद किशोरमण्डल की डायरेक्ट्री भेंट की। कार्यक्रम का संचालन मुनि दिनेश कुमार ने किया।

**अमीरों में भी अहिंसा जरूरी**

28 जून, आचार्य महाश्रमण ने देश के 353 अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्रों में गरीबों, बेरोजगारों एवं विद्यार्थियों के द्वारा अहिंसा का प्रशिक्षण प्राप्त करने के साथ अमीरों में भी अहिंसा का विकास हो इसकी जरूरत बताई है। लोगों को अहिंसा का प्रशिक्षण दिया जा रहा है यह उपयोगी क्रम है। गरीबों और अमीरों दोनों को अहिंसा की जरूरत है। अमीरों के घर परिवारों में भी कलह, लड़ाई-झगड़ों के प्रसंग आते हैं। ऐसे लोगों के लिए पारिवारिक सौहार्द शिविरों का आयोजन होता है, जिसमें सौहार्द के सूत्र प्राप्त कर सकते हैं।

अणुव्रत प्रभारी मुनि सुखलाल ने कहा कि आचार्य महाश्रमण ने अहिंसा की आवाज को बुलंद किया और इसका व्यवस्थित प्रशिक्षण का क्रम भी प्रारंभ किया। उस क्रम को अहिंसा प्रशिक्षण के रूप में पहचान मिली है। देश के कोने-कोने में इन केन्द्रों के द्वारा अहिंसा की चेतना का विकास करने का प्रयास चल रहा है। अणुव्रत शिक्षक संसद के राष्ट्रीय संयोजक भीखमचन्द नखत ने बताया कि अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्रों में अहिंसा का सैद्धांतिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण देने के साथ बेरोजगारों को स्वरोजगार का प्रशिक्षण भी दिया जाता है। अब तक सम्पूर्ण देश में हजारों महिला-पुरुष इस प्रशिक्षण के द्वारा आत्मनिर्भर बन चुके हैं।

रतनगढ़ की बहिन पुष्पलता ने भी अपने विचार रखे। संचालन मुनि मोहजीतकुमार ने किया।

**दूसरों का अहित न सोचें**

आचार्य महाश्रमण ने धम्मपद एवं उत्तराध्ययन पर तुलनात्मक प्रवचन करते हुए श्रीसमवसरण में कहा कि दूसरों के प्रति मंगलभावना करें। किसी का अहित न सोचें। दूसरों का अहित सोचने वाला, खुद का अमंगल करता है। जो दूसरों का मंगल सोचने वाला स्वयं का भी मंगल करता है। जो अरक्षित आत्मा है वह जन्म मरण में भ्रमण करती है। आचार्यश्री ने कहा कि दृष्टि सम्यक् होने पर आत्मा की रक्षा हो सकती है। हमारी दृष्टि आत्मा पर होनी चाहिए। मात्र शरीर पर दृष्टि होने पर सम्यक् दृष्टि में कमी आ जाती है। सम्यक्त्व के प्राप्त होने पर ही आचारत्व की प्राप्ति होती है। सम्यक् आचार होने पर धर्म आता है और धर्म का सम्यक् बोध होने पर आत्मा की शुद्धि होती है।

**त्रिदिवसीय कार्यशाला**

आचार्य महाश्रमण के सरदारशहर में पदार्पण के पश्चात महिला मण्डल के तत्वावधान में सरदारशहर कन्यामण्डल की त्रिदिवसीय कार्यशाला का आयोजन साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा के सान्निध्य में किया गया। जिसमें प्रथम दिवस सर्वप्रथम साध्वी दर्शनविभा के मैत्री की अनुप्रेक्षा करवाई। तत्पश्चात साध्वी शुभप्रभा ने सहिष्णुता, पवित्रता, संयम आत्मीयता, सदाचार तथा सामंजस्य के साथ अपने जीवन निर्माण की प्रेरणा दी। साध्वी प्रमुखा ने जीवन की कठिनाइयों को शांतिपूर्ण तरीके से सहन करने की प्रेरणा प्रदान की।

कार्यशाला के दूसरे दिन

साध्वी दर्शनविभा ने सामंजस्य की अनुप्रेक्षा करवाई। तत्पश्चात साध्वी सुमंगलप्रभा ने निश्चय और व्यवहार में सामंजस्य कर जीने की कला सिखाई। सर्वेन्द्रिय संयम मुद्रा का अभ्यास करवाया। साध्वी प्रमुखा ने सहिष्णुता बनने के लिए जीवन जीने के दो सूत्र बताए— (1) कोई बात नहीं (2) परिवर्तन संसार का नियम है। (यह भी बदल जाएगा) साध्वी सौम्यशशा ने अनेक घटनाओं के द्वारा सामंजस्य कार्यशाला के तीसरे दिन साध्वी लक्ष्यप्रभा ने सामंजस्य के बारे में बताते हुए कहा कि हम जिसके साथ रह रहे हैं उसकी मनः स्थिति कैसी है उसे जानकर उसी के साथ वैसा ही व्यवहार करें। तत्पश्चात् कन्याओं को पांच ग्रुप समूह में विभाजित किया। समन्वय विषय पर एक स्क्रिप्ट के माध्यम से अपने विचारों की अभिव्यक्ति दी। साध्वी कल्पलता ने अपने विचारों को व्यक्त किया। साध्वीप्रमुखा ने कहा—अपने जीवन का सही उपयोग करें।

कन्याओं ने तीनों ही दिन कार्यशाला के बाद आचार्य प्रवर के दर्शन कर उनसे प्रेरणा पाथेय प्राप्त किया। आचार्यप्रवर ने जीवन में अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए बुभुषा, जिज्ञासा व चिकित्सा की प्रेरणा दी। आचार्यप्रवर ने फरमाया ज्ञान के साथ श्रद्धा का भी विकास हो। सबको अपने देव, गुरु, धर्म पर, आत्मा पर नैतिक मूल्यों पर, आदर्शों पर श्रद्धा रखनी चाहिए। तपस्या के माध्यम से कठोर जीवन जीने व संघर्षों का झेलने का अभ्यास करना चाहिए। साथ ही आचार्यप्रवर ने कन्याओं को प्रतिक्रमण सीखने की प्रेरणा दी। कार्यशाला में 65 कन्याओं की उपस्थिति रही।



## डॉ. एस.एम. सुब्बाराव को अणुव्रत अहिंसा अंतर्राष्ट्रीय शांति पुरस्कार

नई दिल्ली, 14 जून। पूर्व राष्ट्रपति डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम की उपस्थिति में अणुविभा के तत्वावधान में विद्वान संत आचार्य महाप्रज्ञ के 91वें जन्मदिवस के उपलक्ष्य में “समरस परिवार और महान राष्ट्र” विषयक संगोष्ठी का आयोजन हुआ।

डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम ने रहस्योद्घाटन किया कि सन् 1999 में मुझे आचार्य महाप्रज्ञ ने देश का वृहत्तर दायित्व और परमाणु मिसाइल के विध्वंस की जगह शांति मिसाइल बनाने को कहा। डॉ. कलाम ने कहा आध्यात्मिकता ही मनुष्य को परिवर्तित कर सकती है। अहिंसा ही मेरा धर्म है। सुखी परिवार और समृद्ध राष्ट्र पुस्तक अध्यात्म-विज्ञान का समन्वय है। डॉ. कलाम ने भारत एवं विश्व में शांति के लिए “आध्यात्मिक अहिंसा मुहिम छेड़ेंगे” की घोषणा की।

आचार्य महाश्रमण ने अपने लिखित संदेश में कहा मनुष्य समूह में रहता है। परिवार उसका एक रूप है। यदि प्रत्येक परिवार में समरसता होती है तो वह राष्ट्र निश्चय ही महान बन सकता है। आचार्य महाप्रज्ञ एवं डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम द्वारा संयुक्त रूप से लिखित पुस्तक ‘द फैमिली एंड द नेशन’ इस दिशा में एक प्रेरक

पुस्तक है। संदेश का वाचन अणुविभा के महामंत्री संचय जैन ने किया।

बौद्ध धर्मगुरु दलाई लामा की अस्वस्थता के कारण उनका लिखित संदेश पढ़कर सुनाया गया। उनके अनुसार जैन धर्म, बौद्ध धर्म दोनों जुड़वा भाई हैं। वैश्विक संकट में आम आदमी को केवल आम आदमी ही बचा सकता है। भारत के विश्व के धर्म गुरु होने के नाते हमारा दायित्व महान है।

मुनि ताराचंद ने संगोष्ठी को संबोधित करते हुए कहा प्रशिक्षण से रूढ़ स्वभाव, अहंकार, मोह को समाप्त किया जा सकता है। महान् भारत राष्ट्र के लिए व्यक्ति स्वयं में प्रेक्षाध्यान, अनुप्रेक्षा से वैचारिक परिवर्तन करे। मुनि ताराचंद के अनुसार मन की शांति ही सुख है। अणुव्रत प्रभारी मुनि राकेशकुमार ने वर्तमान शिक्षा प्रणाली को व्यक्तिपरक अवधारणा का जन्मदाता बताते हुए परिवार के विघटन का बुनियादी कारण बताया। मुनि राकेशकुमार ने कहा कि अशांत जीवन में सुख नहीं है।

अणुविभा द्वारा अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर शांति व अहिंसा के प्रसार हेतु समर्पित भाव से किये गये कार्यों के मूल्यांकन स्वरूप प्रारंभ किया गया ‘अणुव्रत अहिंसा

अंतर्राष्ट्रीय शांति पुरस्कार’ वर्ष-2009 के लिए गांधीवादी चिंतक व कार्यकर्ता डॉ. एस.एन. सुब्बाराव को प्रदान किया गया। पूर्व राष्ट्रपति डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम ने डॉ. सुब्बाराव को पुरस्कार स्वरूप 1 लाख रुपये का चेक, प्रशस्ति पत्र व स्मृति चिह्न भेंट किया। यह पुरस्कार जेठमल तेजकरण सुराणा (जैन) के सौजन्य से दिया जाता है। प्रशस्ति पत्र का वाचन कल्पना गुजरानी ने किया।

मुख्य वक्ता वरिष्ठ गांधीवादी चिंतक डॉ. राधाकृष्णन ने कहा वर्तमान में महात्मा गांधी एवं आचार्य महाप्रज्ञ के अहिंसा के सिद्धांत सामयिक हैं। विश्व और भारतीयजन में शांति प्रेम के लिए अहिंसा को प्रायोगिक रूप से जीवन में उतारने की जरूरत है।

अणुविभा के अध्यक्ष तेजकरण सुराणा ने कहा आचार्य महाप्रज्ञ ने महाप्रयाण से पूर्व दो दिन तक अणुव्रत के कार्यकर्ताओं को विशेष उद्बोधन एवं पथ-प्रदर्शन प्रदान किया। उनकी स्वीकृति से ही हमने इस कार्यक्रम की रूपरेखा बनाई थी। आज वे हमारे बीच सदेह नहीं हैं, लेकिन उनका आशीर्वाद हमारे साथ है। अणुविभा के माध्यम से हम उनके मिशन को सदैव आगे बढ़ाते रहेंगे।

अणुविभा के अंतर्राष्ट्रीय

अध्यक्ष डॉ. सोहनलाल गांधी ने संगोष्ठी के उद्देश्यों पर प्रकाश डाला एवं संगोष्ठी का संचालन किया। संगोष्ठी का प्रारंभ आचार्य महाप्रज्ञ के 91वें जन्मदिन के अवसर पर महिला मंडल 91 महिलाओं ने सामूहिक रूप से मंगलाचरण किया। सुरेश राज सुराणा ने आगंतुक महानुभावों का स्वागत किया। कार्यक्रम में मुनि सुमतिकुमार, मुनि देवार्यकुमार, मुनि सुधाकर, मुनि दीपकुमार एवं नचिकेता मुनि आदित्यकुमार कार्यक्रम में उपस्थित थे।

डॉ. एस.एन. सुब्बाराव ने विश्व परिवार की अवधारणा के लिए जय जगत का नारा दिया। डॉ. सुब्बाराव ने विभिन्न राज्यों से आये युवाओं के साथ मिलकर ‘भारत की संतान’ संगीत नाटिका प्रस्तुत की। स्वागत समिति के अध्यक्ष सुरेश राज सुराणा, अणुविभा दिल्ली ईकाई के संयोजक विमल सुराणा, सह-संयोजक संजय खटेड़, अणुव्रत महासमिति के महामंत्री विजयराज सुराणा, दिल्ली सभा के अध्यक्ष के.के. जैन, महिला मंडल की अध्यक्ष सुमन नाहटा ने समागत अतिथियों का स्मृति-चिह्न एवं साहित्य भेंट कर स्वागत किया। आभार ज्ञापन संचय जैन ने किया।

## पंचम राष्ट्रीय ज्ञानशाला शिविर

**राजसमंद, 17 जून।** अणुविभा राजसमंद में पांच दिवसीय पंचम राष्ट्रीय ज्ञानशाला शिविर का आयोजन 12 से 16 जून 2010 तक किया गया। शिविर में अहमदाबाद, आमेट, केलवा, श्रीगंगानगर, कांकरोली, राजनगर, उदासर, श्रीडूंगरगढ़, भीलवाड़ा, दिवेर, आसींद, पाली, धोइन्दा क्षेत्रों की ज्ञानशालाओं के 96 बालक-बालिकाओं व प्रशिक्षक-प्रशिक्षिकाओं ने भाग लिया। शिविर में मुनि तत्वरुचि एवं मुनि पदमकुमार का सान्निध्य व मार्गदर्शन रहा।

शिविर का उद्घाटन मुनि तत्वरुचि 'तरुण' के सान्निध्य में मुख्य अतिथि बसंतीलाल बाबेल, विशिष्ट अतिथि सुरेशचंद्र कावड़िया की अध्यक्षता में हुआ। शिविर का शुभारंभ कांकरोली की बालिकाओं द्वारा अणुव्रत गीत के संगान से हुआ। शिविर निदेशक प्रकाश तातेड़ ने इस अवसर पर अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी, आचार्य महाप्रज्ञ व आचार्य महाश्रमण को नमन करते हुए अणुविभा के संस्थापक मोहनभाई को याद करते हुए अणुविभा की प्रवृत्तियों पर प्रकाश डाला।

मुनि तत्वरुचि 'तरुण' ने कहा संसार में सम्पत्ति का मूल्य है यह हम सब जानते हैं, लेकिन संस्कार जीवन को निखारते हैं व पूर्णता प्रदान करते हैं। बसंतीलाल बाबेल ने कहा प्रशिक्षण के द्वारा संस्कारों का सम्प्रेषण किया जाता है। संस्कारों से जड़ों का पोषण होता है।

अध्यक्षीय संबोधन में सुरेशचंद्र कावड़िया ने कहा शिविर में जो भी आपने सीखा है उसका अपने जीवन में उपयोग करें, आपका जीवन प्रकाशवान बनेगा। इस अवसर पर गणपत धर्मावत एवं मंजू दक ने अपने विचार रखे।

ज्ञानशाला शिविर के अंतर्गत ज्ञानशाला के विविध कार्यक्रमों को केन्द्रीय आधार बनाकर विविध

कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। जिसमें व्याख्यान, फिल्म प्रदर्शन (व्यक्तित्व विकास), संवाद (जीवन मूल्यों का विकास - क्रोध को कैसे भगायें), अभिनय संवाद - सद् संस्कारों का बीजारोपण, जीवन विज्ञान अभ्यास के साथ विविध प्रतियोगिताओं एकल भक्ति संगीत, शुद्ध लेखन, सामान्य ज्ञान, अणुव्रत दीर्घा किचन, तुलसी दर्शन दीर्घा, महाप्रज्ञ दीर्घा निबंध लेखन, कहानी कथन सहित कई प्रतियोगिताओं का विशेष कार्यक्रम रखा गया। नरेन्द्र 'निर्मल', प्रकाश तातेड़, चतुर कोठारी, विनीता पालीवाल, कमल काबरा, बालमुकुन्द सनाढ्य, साबिर शुक्रिया, मुकेश वैष्णव का मार्गदर्शन रहा। विविध कार्यक्रमों को बाल केन्द्रित आधार पर प्रस्तुत करने हेतु संवाद प्रश्नोत्तर क्रियात्मक कार्य प्रयोग यथास्थिति उदाहरण का विधि व उपागम के रूप में उपयोग किया गया।

शिविर में विशेष आयोजन के अंतर्गत संभागियों ने केलवा, सम्बोधि उपवन, दिवेर व सिरियारी की यात्राएं की एवं वहां विराजित मुनियों के दर्शन किए। अलग-अलग स्थानों पर मुनि शुभकरण, मोहिनीदेवी जैन इत्यादि ने अपने संबोधन दिये।

समापन सत्र में मुनि तत्वरुचि 'तरुण', महेन्द्र कोठारी, चंद्रप्रकाश चोरड़िया, संचय जैन, सुरेशचंद्र कावड़िया, अशोक डूंगरवाल, मदन धोका, महेन्द्र कोठारी ने अपने विचार किए। कार्यक्रम में भंवरलाल वागरेचा, बालकृष्ण 'बालक', गणेश कच्छारा, पुष्पा कर्णावट, शंभुपुरी गोस्वामी, जगजीवन चोरड़िया, विनोद बड़ाला, बसंतीलाल सरूपरिया उपस्थित थे। अंत में विजेता संभागियों को प्रमाण-पत्र एवं पुरस्कार प्रदान किये गये। विमल जैन, मदन धोका, जगजीवन चोरड़िया, देवीलाल कोठारी, मंजू दक का सराहनीय श्रम रहा।

## सर्वांगीण व्यक्तित्व का विकास

**मंडी गोविंदगढ़, 10 जून।** मुनि सुमेरमल 'लाडनू', मुनि उदितकुमार का देशभक्त ग्रुप ऑफ इन्स्टीट्यूट्स में एक दिवसीय प्रवास रहा। चालीस एकड़ भूभाग में फैले इस परिसर में 16 इन्स्टीट्यूट चलते हैं। यहां पर एक कार्यक्रम रखा गया। मुनिश्री ने इन्स्टीट्यूट प्रबंधन को संबोधित करते हुए कहा आज एक संपूर्ण व्यक्तित्व की सबसे बड़ी जरूरत है। विकास हो पर वह

एकांगी न हो, बल्कि सर्वांगीण हो। सर्वतोमुखी विकास से सर्वांगीण व्यक्तित्व का विकास संभव हो सकता है। इसी से परिपक्वता व ठोसता आती है।

कार्यक्रम में रमेश मित्तल, प्रवीण जैन, विजय सिंगला, जीवन सिंगला, रामगोपाल, हरिओम, त्रिभुवन गोयल, सतिन्दरपाल बांसल उपस्थित थे। आभार प्रकट अजय गुप्ता ने किया।

## आचार्य तुलसी का महान दृष्टिकोण

**नई दिल्ली, 16 जून।** अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी के बाद आचार्य महाप्रज्ञ ने अपने आध्यात्मिक जीवन के अंतिम क्षणों में भी अणुव्रत आंदोलन के भविष्य में कैसे कार्य करें इस पर अणुव्रत कार्यकर्ताओं को मार्गदर्शन प्रदान किया। दिल्ली प्रदेश अणुव्रत समिति स्वयं को सौभाग्यशाली मानती है कि आचार्य महाप्रज्ञ द्वारा अणुव्रत आंदोलन के लिए प्रेरणा पाथेय मिला, यह हमारे लिए एक दुर्लभ अवसर था। दिल्ली प्रदेश अणुव्रत समिति आचार्य तुलसी एवं आचार्य महाप्रज्ञ के स्वप्न को अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण के इंगितानुसार आगे बढ़ाने के लिए अपनी संपूर्ण शक्ति का नियोजन कर रही है।

अपने अभियान को आगे बढ़ाते हुए दिल्ली प्रदेश अणुव्रत समिति ने जनजागरण अभियान चलाकर अणुव्रत आचार्य संहिता के बड़े आकार के बोर्ड बनवा कर दिल्ली की अनेक आवासीय

सोसायटी के प्रांगण में निम्न स्थानों पर लगवाए हैं

1. विद्या भारती स्कूल, सूर्यनगर-गाजियाबाद।
2. नज़र कंवर सुराणा स्मृति भवन, सदर बाजार-दिल्ली।
3. इन्द्र नगर एन्कलेव, पश्चिम विहार-दिल्ली।
4. वीनस अपार्टमेंट्स, पश्चिम विहार-दिल्ली।
5. नगिन लेक अपार्टमेंट्स, पश्चिम विहार-दिल्ली।
6. जहाज अपार्टमेंट्स, पश्चिम विहार-दिल्ली।
7. वीर अपार्टमेंट्स, रोहिणी-दिल्ली।
8. पार्श्वनाथ जैन मंदिर, गुलाबी बाग-दिल्ली।
9. सुराणा धर्मशाला (समुदाय केन्द्र), लक्ष्मीनगर, प्रीति विहार-दिल्ली।

दिल्ली के विभिन्न स्थानों पर लगी इन अणुव्रत आचार्य संहिता पट्टों की काफी सराहना की जा रही है।





## सांप्रदायिक सौहार्द पहली आवश्यकता

**भीलवाड़ा, 11 जून।** ऋषि-मुनियों के देश भारत में 20वीं सदी के दूसरे दशक में दो-दो आध्यात्मिक विभूतियों आचार्य तुलसी एवं आचार्य महाप्रज्ञ ने जन्म लिया। इन दोनों युगपुरुषों ने अपनी साधना, तपस्या और आध्यात्मिक चिंतन से विश्व चेतना को प्रभावित किया। सत्य, अहिंसा, नैतिकता, मानवीय एकता और सांप्रदायिक सौहार्द का संदेश दिया। आचार्य महाप्रज्ञ ने अपने अलौकिक जीवन वसंतों से दो-दो सदियों ने उपकृत और आलोकित किया है। आचार्य महाप्रज्ञ के प्रयाण से अध्यात्म जगत का महासूर्य अस्त हो गया है। लेकिन सूर्य का स्वभाव है कि वह अस्त होने के बाद अगली सुबह पुनः पूर्व दिशा में प्रकट हो जाता है। आचार्य महाप्रज्ञ के शब्द और उनका जीवन चिरकाल तक मानव समाज को आलोकित

करता रहेगा तथा हमें जीवन की राह दिखाता रहेगा। आचार्य महाप्रज्ञ करुणा के सागर थे। उनका चिंतन एवं व्यक्तित्व संपूर्ण मानव जाति के लिए विशाल था। उनके जाने से संपूर्ण विश्व की क्षति हुई है। ये विचार 102 वर्षीय संत राजाराम दास ने पंचमुखी दरबार धाम में मुनि विनयकुमार 'आलोक' से परिचर्चा करते हुए व्यक्त किए।

मुनि विनयकुमार 'आलोक' ने कहा चरित्रवान व्यक्ति की छाप जीवन में सहज पड़ती है, क्योंकि उसका जीवन बोलता है शब्द नहीं। आचार्य महाप्रज्ञ चरित्र के पर्यायवाची थे उनका चरित्र बोलता था शब्द मौन थे।

पंचमुखी दरबार के महंत लक्ष्मण दास त्यागी ने कहा एक युग का अवसान हो गया। आचार्य महाप्रज्ञ की सोच बहुत दूरगामी थी।

## बलराज सिंगला को 'अणुव्रत सेवी' संबोधन

**हिसार, 25 जून।** हिसार निवासी बलराज सिंगला अणुव्रत आंदोलन एवं हिसार अणुव्रत समिति से गत 28 वर्षों से जुड़कर निरंतर सक्रिय हैं। वर्तमान में वे अणुव्रत समिति हिसार के उपाध्यक्ष हैं। अणुव्रत महासमिति की कार्यसमिति में 1995 से 1998 तक सदस्य रहे हैं। अणुव्रत पाक्षिक 1-15 मई 1996 के अंक में "भीड़ में उभरता हुआ आदमी" शीर्षक के अंतर्गत उनके कार्यों का उल्लेख भी हुआ है। अप्रैल 1999 में दिल्ली में अणुव्रत महासमिति द्वारा उन्हें सम्मानित भी किया गया।

विगत 8 मार्च 2010 को अपने 75वें जन्मदिवस पर उन्होंने सपरिवार आचार्य महाप्रज्ञ के दर्शन किये एवं मंगल पाठ सुना। उस समय आचार्य महाप्रज्ञ ने उन्हें अणुव्रत के कार्यों में योगदान के लिए "अणुव्रत सेवी" संबोधन से संबोधित कर आशीर्वाद दिया था। इसका उल्लेख आदर्श साहित्य संघ द्वारा प्रकाशित विज्ञप्ति के अंक 49 दिनांक 14-20 मार्च पृष्ठ संख्या 10 पर प्रकाशित हुआ है।

अणुव्रत महासमिति परिवार की हार्दिक शुभकामनाएं एवं बधाई।

## संयमित जीवन जीएं

**लोहसना बड़ा, 10 जून।** समणी प्रतिभाप्रज्ञा के निर्देशन में समणी पुण्यप्रज्ञा ने लोहसना बड़ा (चुरू-राजस्थान) गांव में आयोजित सत्संग में उपस्थित जनमेदिनी के मध्य अपनी शिक्षाप्रद कहानी के द्वारा प्रेरित करते हुए कहा कि सभी योनियों में श्रेष्ठ मानव योनि है। अतः सत्कर्म कर संयम से जीना चाहिए। समणी मृदुलप्रज्ञा ने गांववासियों को आचार्य महाप्रज्ञ की जन्मभूमि टमकोर से जुड़कर अपनी आध्यात्मिक उन्नति करने का आह्वान किया। समणीजी द्वारा प्रदत्त नशामुक्त संदेश से प्रभावित होकर समाज सेवक बीरबल राम एवं पूर्व सरपंच

फूलचंद ने आजीवन धूम्रपान न करने का संकल्प किया। बच्चों ने खड़े होकर गुटखा नहीं खाने तथा फुजमल ने शराब छोड़ने की घोषणा की। समणी सुमिधाप्रज्ञा ने संभागियों से पर्यावरण संतुलन हेतु जल बचाओ एवं संयमित जीवन जीने का आग्रह किया।

आयोजन में आशा, मंजू देवी, जयपाल, किशनलाल, कृष्ण कुमार, अकरम अली एवं अमित का सराहनीय श्रम रहा। कार्यक्रम का संचालन करते हुए अहिंसा प्रशिक्षक के.जी. मूंदड़ा ने आसन-प्राणायाम करने का सुझाव दिया। आभार ज्ञापन प्रधानाध्यापक सुभाष शर्मा ने किया।

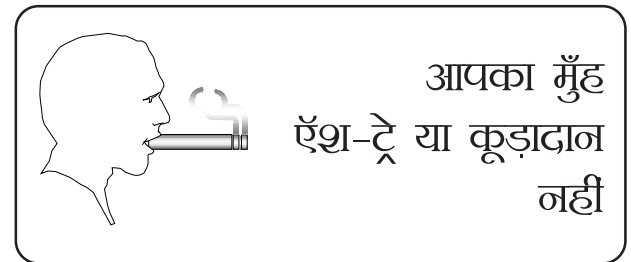
## नशा नाश का द्वार

**राजगढ़।** विश्व तम्बाकू निषेध दिवस पर सुराना भवन में मुनि विजयराज ने सभा को संबोधित करते हुए कहा तम्बाकू सेवन से भारत में प्रतिवर्ष दस लाख व्यक्ति अकाल मौत के मुंह में चले जाते हैं। विश्व में चालीस लाख प्रतिवर्ष मौत के मुंह में जा रहे हैं। फेफड़े, मुंह, पेट, गुर्दे, पित्ताशय, लीवर, जननांग सहित शरीर में कैंसर जैसी भीषण कष्ट-साध्य जानलेवा बीमारी तीव्र गति से फैल रही है। पुरुषों में 56 प्रतिशत एवं महिलाओं में 44 फीसदी इसके शिकार हो रहे हैं। विश्व में अधिकतर 18 वर्ष तथा एक चौथाई 10 वर्ष की आयु से ही इस लत की गिरफ्त में आ जाते हैं। 25 करोड़ व्यक्ति गुटखा-बीड़ी-सिगरेट अथवा अन्य तरीकों से इसका

सेवन करते हैं। हर दिन 80 हजार नये बच्चे इसका सेवन करना प्रारंभ कर देते हैं।

तम्बाकू पीने वाले 15 प्रतिशत धुआं भीतर खींचते हैं और 85 प्रतिशत बाहर में छोड़ खतरनाक प्रदूषण फैलाते हैं। ध्यान-योग, प्राणायाम एवं दृढ़ संकल्पों से इस बुराई से बचा जा सकता है।

अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी, जीवन विज्ञान प्रणेता आचार्य महाप्रज्ञ एवं वर्तमान में आचार्य महाश्रमण इस व्यसनमुक्ति आंदोलन से विश्व मानव का उद्धार कर रहे हैं। पूज्यवर के आशीर्वाद से हमने इस अभियान के तहत करीब 13 हजार संस्थानों के 33 लाख छात्रों-अध्यापकों में करीब 25 लाख संभागियों को संकल्पबद्ध कर श्रेष्ठ जीवन जीने का मार्ग प्रशस्त किया है।





## उमरड़ा में पशु चिकित्सा शिविर

**उदयपुर, 13 जून।** अणुव्रत समिति उदयपुर, एस.एस. इंजीनियरिंग कॉलेज उमरड़ा एवं पशुपालन विभाग के संयुक्त तत्वावधान में उमरड़ा में निःशुल्क पशु चिकित्सा शिविर लगाया गया। शिविर में 112 पशुओं का परीक्षण कर निःशुल्क दवाइयां दी गयीं। उमरड़ा के स्कूल के प्रांगण में आयोजित इस विशाल पशु चिकित्सा शिविर में पशु-पालकों में अपार उत्साह नजर आया। शिविर में पशुओं में प्रोलेप्स, गर्भाधान परीक्षण, कृत्रिम गर्भाधान, बधियाकरण, टीकाकरण, अतः परजीवी एवं बाह्य परजीवी रोगों का उपचार, बांझ पशुओं का उपचार किया गया। इस दौरान एक गाय के गर्भाशय में 5 दिन से मृत पड़े बच्चे को निकालकर उपयुक्त उपचार किया गया।

शिविर में पशु चिकित्सक डॉ. योगेश जोशी, डॉ. सुरेन्द्र छंगाणी, डॉ. शरद अरोड़ा एवं उनकी टीम ने अपनी सेवाएं दी।

12 जून को रात्रि 8 बजे उमरड़ा स्थित चारभुजा परिसर में पशुपालकों को उत्तम पशु प्रबंधन पर डॉ. सुरेन्द्र छंगाणी द्वारा फिल्म

शो दिखाया गया तथा पशुओं से संबंधित बीमारियों के बारे में पशुपालकों की जिज्ञासाओं का समाधान किया उन्हें पशुओं के रख-रखाव तथा खान-पान के बारे में जानकारी दी गयी।

मुख्य अतिथि उदयपुर ग्रामीण अंचल के विधायक सज्जन कटारा ने शिविर की प्रशंसा करते हुए कहा इस तरह के शिविर ग्रामीण क्षेत्रों में पशुपालकों में पशुओं के स्वास्थ्य एवं उत्तम दूध उत्पादन के प्रति उत्साह बढ़ाने में महती भूमिका निभायेंगे।

अणुव्रत समिति उदयपुर के अध्यक्ष गणेश डागलिया ने कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कहा ग्रामीण जन अपने पशुओं को शहर में लाकर ईलाज नहीं करवाते हैं, उनके लिए ग्रामीण क्षेत्रों में डॉक्टरों की टीम भेजकर पशुओं का ईलाज करवाना समिति का उद्देश्य है।

एस.एस. इंजीनियरिंग कॉलेज के संस्थापक मनमोहन राज सिंह सिंघवी, डॉ. रंगलाल धाकड़, राजेन्द्र सेन, सुरेश सियाल, अरविन्द चित्तौड़ा, जमनालाल दशोरा, कमल कुमावत, सुनील खोखावत ने सेवाएं दी।

## आचार्य महाप्रज्ञ पुरस्कार

**उदयपुर, 19 जून।** आचार्य महाप्रज्ञ के जन्मदिवस 10 जुलाई 2010 को “आचार्य महाप्रज्ञ अणुव्रत सेवा सम्मान” कार्यक्रम में निष्ठा, ईमानदारी एवं व्यसनमुक्त जीवन जीने वाले व्यक्ति को 21,000 (इक्कीस हजार रुपए) का पुरस्कार दिया जायेगा। राजेन्द्र सेन ने बताया कि नारायण सेवा संस्थान के संस्थापक डॉ. कैलाश मानव एवं अणुव्रत समिति उदयपुर के अध्यक्ष गणेश डागलिया की अध्यक्षता में 10 जुलाई 2010 को त्रिदिवसीय आयोजन किया जायेगा। 8 जुलाई 2010 को महाराणा भूपाल चिकित्सालय में भर्ती रोगियों को खाद्य-

सामग्री वितरण, 9 जुलाई को हीरो होण्डा पंचवटी शोरूम पर रक्तदान एवं सेन्द्रल जेल में वृक्षारोपण तथा 10 जुलाई को “आचार्य महाप्रज्ञ अणुव्रत सेवा सम्मान” का क्रम रखा गया है।

इस हेतु आयोजित बैठक में समिति के उपाध्यक्ष शब्बीर के. मुस्तफा, सवाईलाल पोखरना, कार्यवाहक महामंत्री डॉ. निर्मल कुणावत, डॉ. रंगलाल धाकड़, एस.एस. शेखावत, मनमोहन राज सिंघवी, राजेन्द्र सेन, आर.के. जैन, सुबोध कोठारी, जमनालाल दशोरा, डॉ. एस. एल. इंटोदिया, रोशनलाल चित्तौड़ा, डॉ. शोभालाल औदित्य, सुनील खोखावत व यासीन पठान उपस्थित थे।

## महाराणा प्रताप जयंती शोभायात्रा

**उदयपुर, 15 जून।** महाराणा प्रताप की 470वीं जयंती के अवसर पर नगर परिषद् मेवाड़ क्षत्रिय सभा एवं सामाजिक संगठनों के संयुक्त तत्वावधान में शोभायात्रा निकाली गयी। अणुव्रत समिति उदयपुर के अध्यक्ष गणेश डागलिया के नेतृत्व में निकाली गयी शोभा

यात्रा का स्वागत द्वार बनाकर पुष्प वर्षा कर भव्य स्वागत किया गया। इस अवसर पर डॉ. निर्मल कुणावत, अरविन्द चित्तौड़ा, जमनालाल दशोरा, ममता दशोरा, महेश सिकलीगर, सुनिल खोखावत, भंवर भारती, राजकुमार गोड़, राजेन्द्र सेन उपस्थित थे।



## अहिंसा है आलोक की संवाहिका

**आरा।** अहिंसा एवं करुणा के अवतार महात्मा बुद्ध की जयंती पर संत कबीर आश्रम गांधीनगर में “अहिंसा आज की आवश्यकता” विषयक संगोष्ठी का आयोजन पूर्वी भारत राष्ट्रीय अणुव्रत शिक्षक संसद के तत्वावधान में हुआ। अध्यक्षता विजयशंकर सिंह ने की। उद्घाटन करते हुए आचार्य धर्मेन्द्र ने कहा बुद्ध एवं महावीर अहिंसा एवं करुणा के अवतार हैं। उनके बताये

मार्ग पर चलने से ही विश्व का कल्याण होगा। अहिंसा आलोक की संवाहिका है। अहिंसा में अपार शक्ति है। अध्यक्षीय उद्बोधन में विजयशंकर सिंह ने कहा अहिंसा को जीने के लिए शिशु-निश्चलता का विकास आवश्यक है। इस अवसर पर प्रो. रामदेवसिंह, पं. जनार्दन मिश्र, राजनाथ तिवारी, ई. अरविंद सौरभ एवं अन्य वक्ताओं ने अपने विचार रखे।

## शेरपुर में विविध कार्यक्रम

**शेरपुर, 17 जून।** साध्वी शुभवती के सान्निध्य में पांच दिवसीय व्यक्तित्व विकास कार्यशाला का आयोजन। जिसमें व्यक्तित्व विकास, आहार और स्वास्थ्य, स्वस्थ परिवार - सुखी परिवार एवं कर्मवाद पर साध्वी सम्पूर्णयशा ने विस्तार से चर्चा की। साथ ही आसन-प्राणायाम एवं प्रेक्षाध्यान के प्रयोग कराये गये।

● अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र शेरपुर द्वारा रोजगार प्रशिक्षण केन्द्र गुरबशपुरा में आजीविका प्रशिक्षण ले रही गांव की महिलाओं एवं बालिकाओं को संजय भाई के निर्देशन में दस दिवसीय खिलौना एवं सजावटी सामान बनाने का प्रशिक्षण दीपिका रानी एवं कर्मजीत कौर कालाबुला दे रही हैं। प्रशिक्षण के दौरान यहां संभागियों को विशेष

रूप से अणुव्रत गीत, महाप्राण ध्वनि, श्वासप्रेक्षा संकल्प वंदना आदि अभ्यास भी करवाया जा रहा है।

● 15 जून को साध्वी शुभवती के सान्निध्य में त्रिदिवसीय बाल संस्कार निर्माण शिविर का आयोजन महिला मंडल शेरपुर के सौजन्य से एवं अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र शेरपुर के सहयोग से हुआ। संयोजन साध्वी समरप्रभा की अगुवाई में हुआ। शिविर का आयोजन 12 से 14 जून 2010 तक सभाभवन में हुआ। इसमें 20 बच्चों ने भाग लिया। बच्चों को प्रोत्साहित किया गया। साध्वी शुभवती ने बच्चों को आशीर्वाद देते हुए इस तरह के शिविरों में अवश्य भाग लेना चाहिए। क्योंकि इससे आंतरिक निखार आता है। साध्वी सम्पूर्णयशा ने भी अपने विचार रखे।

## अणुव्रत अनुशास्ता पदाभिर्नंदन

**नई दिल्ली, 1 जुलाई।** अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी से अणुव्रत अनुशास्ता पद की एक गौरवशाली परंपरा रही है। अणुव्रत अनुशास्ता की इस परम्परा का निर्वाह करते हुए **अणुव्रत परिवार द्वारा आचार्य महाश्रमण की अणुव्रत अनुशास्ता के रूप में अभिवंदना हेतु दिनांक 31 जुलाई 2010 प्रातः 9 बजे तेरापंथ भवन सरदारशहर में** भव्य समारोह आयोजित किया जा रहा है। अणुव्रत से जुड़े सभी संस्थान सामूहिक रूप से उनकी अभिवंदना करते हुए, उनसे अणुव्रत के संबंध में मार्गदर्शन चाहते हैं कि अणुव्रत की भावी दिशाएं एवं कार्यक्रम क्या हों। साथ ही इस दौरान प्रातःकालीन कार्यक्रम के पश्चात आचार्य महाश्रमण से भावी दिशा-निर्देश प्राप्त करेंगे एवं भोजन उपरांत एक संगोष्ठी में आपसी विचार-विमर्श कर आचार्य तुलसी जन्मशताब्दी समारोह तक के लिए कार्यक्रमों का निर्धारण किया जायेगा।

## प्रकृति की सुरक्षा - अपनी रक्षा

**उदयपुर।** साध्वी सुमनश्री के सान्निध्य में “मानव प्रभावित पर्यावरण” विषयक संगोष्ठी संपन्न हुई। उदयपुर विज्ञान समिति के तत्वावधान में आयोजित कार्यक्रम का प्रारंभ साध्वी मधुरलता द्वारा मधुर गीत के संगान से हुआ। डॉ. कुंदनलाल कोठारी ने पर्यावरण दिवस के उपलक्ष में शहर में सम्पादित हो रहे सात दिवसीय कार्यक्रमों की जानकारी देते हुए आगंतुक अतिथियों का परिचय दिया। मुख्य वक्ता डॉ. गुप्ता ने पर्यावरण प्रदूषण के कारणों की विस्तार से जानकारी देते हुए कहा क्षेत्र में तेजी से फैल रहे मार्बल कारोबार ने आज पूरी अरावली घाटी को तोड़-तोड़ कर बंजर भूमि बना दिया है।

साध्वी सुमनश्री ने कहा वर्तमान का उद्घोष है कि “जो पर्यावरण की सुरक्षा करता है वह

अपनी सुरक्षा करता है। पूरा प्राणी जगत प्रकृति से जुड़ा हुआ है। प्रकृति से छेड़छाड़ करने का तात्पर्य अपने लिए खतरे की घंटी बजाना है। श्रमण महावीर पर्यावरणविद थे। उन्होंने वनस्पति की हिंसा से बचाने के लिए कई मनोवैज्ञानिक तथ्य दिये। आज जंगल समाप्त हो रहे हैं। पेड़ों की कटाई हो रही है, धरती का असंतुलित दोहन हो रहा है और इसी का परिणाम है सुनामी जैसी प्राकृतिक आपदायें घटित हो जाती हैं। यदि पर्यावरण को सुरक्षित रखना है तो संयम प्रधान जीवन शैली आवश्यक है। इस अवसर पर कुंदनमल सामर, सूर्यप्रकाश मेहता, कं.एल. धाकड़, करण तोतावत, विजयसिंह सुराणा, श्रीचंद सुराणा ने अपने विचार रखे। स्वागत भाषण सुमित गेलड़ा ने व आभार ज्ञापन रुचि गेलड़ा ने किया। संचालन कमल नाहटा ने किया।

## विश्व पर्यावरण दिवस पर विचार गोष्ठी

**धोइन्दा, 5 जून।** मुनि रमेशकुमार ने पर्यावरण का महत्व बताते हुए कहा पर्यावरण का यह खतरा असंयमित जीवन की देन है। संयम-शून्य जीवन शैली के कारण पर्यावरण का खतरा बढ़ रहा है। संयममय जीवन शैली को अपनाकर हम पर्यावरण को स्वच्छ बना सकते हैं। अहिंसा और संयम दो नहीं, बल्कि एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। संयमित दिनचर्या के साथ अहिंसा व असंयमित दिनचर्या के साथ हिंसा जुड़ी रहती है।

मुनिश्री ने आगे कहा एक गृहस्थ पूर्ण अहिंसक नहीं हो सकता, फिर भी अनर्थ (अनावश्यक) हिंसा को छोड़कर पर्यावरण को असंतुलित होने से बचा सकता है। अहिंसा केवल परलौकिक ही नहीं है। वह जीवन के हर चरण के साथ जुड़ी हुई है। पर्यावरण की सुरक्षा वही कर सकता है, जो जंगम और स्थावर,

दृश्य और अदृश्य, सूक्ष्म और बादर जीवों के अस्तित्व को स्वीकार करता है। आज तथाकथित आधुनिक जीवन शैली ने हवा, पानी, वनस्पति आदि को प्रदूषित कर दिया है। पर्यावरण का संरक्षण तभी संभव है जब व्यक्ति हवा, पानी व वनस्पति का मूल्य समझे, इन्हें प्रदूषित न होने दे। मुनि विकासकुमार ने भी अपने विचार रखे।

प्रारंभ मुनि आनंदकुमार ‘कालू’ द्वारा ‘संयममय जीवन हो’ अणुव्रत गीत के संगान से हुआ। मुनि जतनकुमार ने कहा प्रकृति ने कभी नहीं चाहा कि मानव पर इस तरह कहर बरपाये कि त्राही-त्राही मच जाये। प्रकृति मानव का भला चाहती है, लेकिन स्वयं की गलतियों के कारण अकाल, भूकंप, जल-संकट पैदा हो रहे हैं। इस अवसर पर अन्य वक्ताओं ने भी अपने विचार रखे।



## अणुव्रत योगक्षेमी विसर्जन योजना

अणुव्रत की आचार संहिता व्यापक आचार संहिता है। अणुव्रत का अर्थ है—नैतिकता। आज चहुँ ओर हाहाकार है। समूचा मानव समाज पीड़ित है अनैतिकता से। विधायिका, कार्यपालिका, न्यायपालिका, संचार माध्यम, शिक्षण संस्थान सभी भ्रष्टाचार, नशा और आडम्बर में लिप्त हैं। बढ़ते भ्रष्टाचार, नशा और आडम्बर ने हमारी विकास यात्रा की गति को मंद कर दिया है। समाज में व्याप्त इन बुराइयों के विरुद्ध आवाज उठाना भी आसान नहीं है क्योंकि हर डाल पर वे अपना डेरा डाले बैठे हैं। हाँ, इन बुराइयों के मूल कारणों पर प्रहार कर एक दीपक जला समाज में नैतिकता के प्रति निष्ठा को पुनः पैदा किया जा सकता है।

अणुव्रत आंदोलन ने समाज में व्याप्त बुराइयों पर अँगुली उठाई है। हमारे साधन, शक्ति सीमित हैं। अँगुली निर्देश का यह क्रम न सिर्फ गतिशील रहे वरन् लोकव्यापी बने और अणुव्रत की कार्यकर्ता शक्ति अनैतिकता के सामने प्रतिरोधक शक्ति बनकर खड़ी हो इस दृष्टि से अणुव्रत महासमिति के पास पूरे साधन हो यह भी अत्यन्त आवश्यक है।

आने वाले पाँच वर्षों में अणुव्रत की सर्व प्रवृत्तियाँ सुचारु रूप से संचालित हों और अणुव्रत के आंदोलनात्मक स्वरूप में तेजस्विता आए इस दृष्टि से अणुव्रत योगक्षेमी विसर्जन योजना का वर्ष 2009-10 से प्रारंभ हुआ है। इस योजना के अन्तर्गत प्रतिवर्ष एक निश्चित अर्थ राशि विसर्जित करने वाले अर्थ प्रदाताओं के तीन वर्ग हैं—

**विशिष्ट अणुव्रत योगक्षेमी**

**प्रतिवर्ष 51000=00 रु. का अर्थ सहयोग**

**विशेष अणुव्रत योगक्षेमी**

**प्रतिवर्ष 21000=00 रु. का अर्थ सहयोग**

**अणुव्रत योगक्षेमी**

**प्रतिवर्ष 11000=00 रु. का अर्थ सहयोग**

अणुव्रत योगक्षेमी विसर्जन योजना के अन्तर्गत पाँच वर्षों तक नियमित रूप से अर्थ विसर्जन का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। महाप्रतापी अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी के जन्म शताब्दी वर्ष को दृष्टिगत रखते हुए अणुव्रत महासमिति की प्रवृत्तियों के सुचारु संचालन हेतु इस योजना का श्रीगणेश हुआ है। आप सभी से विनम्र अनुरोध है कि अणुव्रत योगक्षेमी विसर्जन योजना से जुड़कर अणुव्रत आंदोलन के प्रचार-प्रसार में सहभागी बनें। आपका अर्थ सहयोग हमारे कार्य का आधार सम्बल बनेगा। अणुव्रत योगक्षेमी विसर्जन योजना में अभी तक निम्न महानुभावों ने जुड़कर अणुव्रत के आंदोलनात्मक स्वरूप को निखारने में अपनी सहभागिता अंकित कराई है

### ● विशिष्ट अणुव्रत योगक्षेमी

1. श्री जुगराज नाहर	चैन्नई	2. श्रीमती शांता नाहर	चैन्नई
3. श्री बी.सी भलावत	मुम्बई	4. श्री रमेश धाकड़	मुम्बई
5. श्री कमलेश भादानी	तिरुपुर	6. श्री मगन जैन	तुषरा

### ● विशेष अणुव्रत योगक्षेमी

1. श्री बाबूलाल गोलछा	दिल्ली	2. श्री सम्पत सामसुखा	भीलवाड़ा
3. श्री जसराज बुरड़	जसोल	4. श्री निर्मल नरेन्द्र रांका	कोयम्बतूर
5. श्री गोविन्दलाल सरावगी	कोलकाता	6. श्री ताराचंद दीपचंद ठाकरमल सेठिया	जलगांव
7. श्री रूपचंद सुराना	गुवाहाटी	8. श्री मूलचंद पारख (वैरायटी हॉल)	ऊंटी

### ● अणुव्रत योगक्षेमी

1. श्री जी.एल.नाहर	जयपुर	2. श्री विजयराज सुराणा	दिल्ली
3. श्री मीठालाल भोगर	सूरत	4. श्री बाबूलाल दूगड़	आसीन्द
5. श्री गुणसागर डॉ. महेन्द्र कर्णावट	राजसमन्द	6. श्री अंकेशभाई दोषी	सूरत
7. श्री इन्द्रमल हिंगड़	भीलवाड़ा	8. श्रीमती भारती मुरलीधर कांटेड़	दिल्ली
9. श्री लक्ष्मणसिंह कर्णावट	उदयपुर	10. श्री सुबोध कोठारी	गुवाहाटी
11. श्री जयसिंह कुंडलिया	सिलीगुडी	11. श्री राजेन्द्र सेठिया	गंगाशहर
12. श्री सी.एल. सरावगी	झांसी		

अणुव्रत योगक्षेमी विसर्जन योजना से जुड़कर हम सभी प्रयास करें स्वस्थ समाज संरचना के सपने को धरती पर उतारने का। इस क्रम में आपका त्वरित सहयोग प्राप्त हो यही अनुरोध है। आप अपनी विसर्जन राशि बैंक ड्राफ्ट से अणुव्रत महासमिति के नाम से नई दिल्ली भिजवायें या केनरा बैंक की किसी भी स्थानीय शाखा में अणुव्रत महासमिति के खाता क्रमांक **0158101010750** में जमा करायें।

**आपका सहयोग : हमारा आधार संबल**



कृति

# एक सशहनीय कृति

एल.आर. भारती

लेखिका गुलाब बैद की कविता और गीतों के विभिन्न रंग, विभिन्न आयाम काव्य में गतिमानता और प्रवहमानता अविरल धारा की भाँति यूँही चलते-चलते नजर आती है जैसे किसी सरिता की उज्ज्वल धारा। गीत अपनी स्वरता, सरलता, राग और मधुरता से सराबोर हैं और कविता में उनकी भावाभिव्यक्ति में आधुनिक जीवन और समाज से जुड़ी संवेदनाएं हैं, जिसमें धर्म, दर्शन और अध्यात्म से संबंधित उद्बोधन समाहित है।

प्रस्तुत कृति को श्रीमती बैद ने कविता के साथ-साथ गीत, दोहे, हाइकू, क्षणिकाएं एवं मुक्तक आदि कई रूपों में नई विधाओं से तैयार किया है। अधिकांश कविताएं मार्मिक और सहज-सरल हैं और अपने भावों के माध्यम से उन्होंने पाठकों में नई शक्ति के संचार करने की दिशा में एक दोहे में स्पष्ट कर कह दिया

‘दोष न दे भगवान को बदकिस्मत इंसान।  
भाग्य विधाता स्वयं का तू ही है नादान।।’

उनका एक दोहा और देखें जिसमें व्यक्ति अपने पुरुषार्थ के कारण जीवट बना रहे

‘कदम-कदम बढ़ते चलो मेहनतकश इंसान।  
चलना ही है जिंदगी रुकना मौत समान।।’

आगे देखें

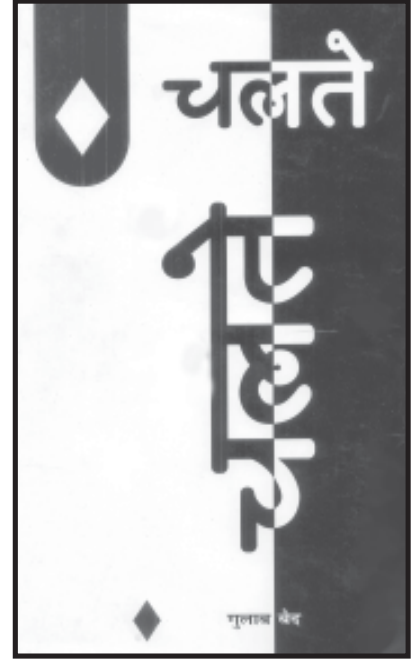
ये जिंदगी अनमोल है जीना है दिन चार।  
सफल बना ले जिंदगी बीते ना बेकार।।’

इसीलिए कवयित्री किसी सीमा में बंधकर नहीं रहना चाहतीं। उन्होंने अपनी संवेदनाओं को हर रूप में प्रकट करने का प्रयास किया है। उन्होंने अपनी कविता में अणुव्रत के उद्घोष व्यसनमुक्त इंसान बनें, सद्गुरुओं की सद्वाणी है, नशा

नहीं करना कोई बरबादी की यही निशानी है। अहिंसा और पर्यावरण पर लिखी एक कविता में सोये इंसान को जगाने का आह्वान है। कविता क्या है? निराशा में आशा जगाने वाली, दुःख में सुख लुटाने वाली.... जैसे दीपक और बाती। कवयित्री की संवेदना चलते चलते मानवीय होती जाती है।

यह पुस्तक तीज-त्यौहारों के गीत और कविता की नई विधाओं के समावेश से तैयार हो अपना सुंदर आकार ग्रहण कर पाई है। श्रीमती गुलाब बैद का भारत राष्ट्रीय प्रेम और उनकी राष्ट्रीयता दर्शाती है कि वह कृत्रिम भेदभाव की संकीर्ण दीवारों को तोड़ती हुई हिन्दुस्तान को नमन करती है। वह अपने मानवता धर्म को निभाते हुए मानवता का मान करती है।

श्रीमती बैद की कविताओं में प्रकृति का सुरम्य बिंब विधान तो है ही इसके अलावा सात्विक प्रेम दीवानी जो अपने सांवरिया के विरह की प्यासी नजरिया की बावरिया की प्रीत में खोई अपनी वेदना का इजहार करती नजर आती है। मार्मिक वेदना का इजहार है। बन जाएगा गीत चलते-चलते, मिल जाएगा मीत चलते-चलते। बड़ी कुशलता के साथ अपनी सात्विकता का उल्लेख उन्होंने अपनी कविताओं में किया है, जो गागर में सागर को चरितार्थ करती हैं। उसी प्रकार ‘स्नेहिल रिश्ते’ नामक रचना भारतीय परिवार के सदस्यों को भोगी जाने वाली परिस्थितियों और मानसिकता की अभिव्यक्ति एक वास्तविकता है। उनकी कविता में मार्मिकता, सहजता और सरलता के भावों का स्पंदन है। गुलाब खंडेलवाल



ने अपने स्नेहिल आशीष में ठीक ही कहा है कि कवयित्री की विभिन्न रंगों की कविताओं का यह संग्रह साहित्य में अपनी छाप छोड़ने में समर्थ होगा। इसी कड़ी में कल्याणमल लोढ़ा इस ग्रंथ को स्वबोध या आत्म-साक्षात्कार कहकर अपनी आशा व्यक्त करते हैं कि प्रस्तुत कृति पाठक को भाव-निष्पत्ति की पूर्णता देगी। उनकी यह गेय कविताएं अपनी संवेदनाओं को हर रूप में प्रकट करना चाहती हैं नथमल केडिया ने यह कहते हुए अपनी शुभकामना दी है कि वे आगे भी इसी तरह निरंतर लिखती रहें। पुस्तक का आवरण एवं परिकल्पना सुंदर है और पुस्तक की टाइप सेटिंग इत्यादि अत्यन्त सुंदर है। आशा है यह पुस्तक पाठकों को अवश्य पसंद आएगी।

पुस्तक : चलते चलते  
लेखक : गुलाब बैद  
पृष्ठ : 164 मूल्य : 150 रुपये  
प्रकाशक : अर्चना प्रकाशन  
कोलकाता

रोशनारा रोड़, दिल्ली-110007